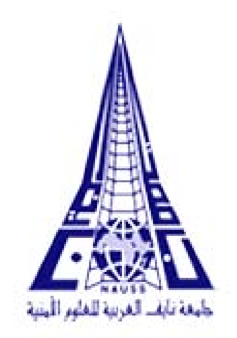
جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية
كلية الدراسات العليا
قسم العلوم الاجتماعية



إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض

اعداد

سلطان عائض مفرح العصيمي

إشراف

أ.د/ منير حسن جمال

رسالة مقدمة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في العلوم الاجتماعية

تخصص الرعاية والصحة النفسية

١٤٣١هـ - ٢٠١٠م


بسم الله الرحمن الرحيم

بسم الله الرحمن الرحيم



جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية

Naif Arab University for Security Sciences

كليـة الدراسات العليا

قسم: العلوم الاجتماعية

إجازة رسالة علمية في صيغتها النهائية

الاسم : سلطان عائض مفرح العصيمي الرقم الأكاديمي: ٤٢٨٠٤٣٨

الدرجة العلمية : ماجستير في العلوم الاجتماعية التخصص: الرعاية والصحة النفسية

عنوان الرسالة: إدمان الانترنت وعلاقته بالتوافق النفسي -الاجتماعي

تاريخ المناقشة : ١٤٣١/٠٦/٢٦ هـ الموافق ٢٠١٠/٠٦/٠٩

تمت مناقشة الرسالة وأوصت اللجنة بإجازتها كمتطلب تكميلي للحصول على درجة الماجستير في . العلوم الاجتماعية التخصص: الرعاية والصحة النفسية

والله الموفق ،،،،

أعضاء لجنة المناقشة :

١- أ. د / منير حسن جمال خليل مشرفاً ومقرراً

٢- أ.د / عبدالرحمن بن إبراهيم الشاعر عضواً

٣- المقدم . د/ عبدالله بن سعيد فاهد بني علي عضواً

رئيس القسم

الإســـم : أ.د/ عبدالحفيظ سعيد

التوقيــع :

التاريــخ : ٢٠١١/٧/١

بســــم الله الرحمن الرحيم



جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية
Naif Arab University For Security Sciences

قسم: العلوم الاجتماعية

ملخص الرسالة

عنوان الدراسة: **إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض**

إعداد الطالب: سلطان عائض مفرح العصيمي

المشرف العلمي: الأستاذ الدكتور منير حسن جمال

مشكلة الدراسة: **تحددت مشكلة الدراسة في الإجابة عن التساؤل الرئيس التالي: ما العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض ؟**

مجتمع الدراسة: **طلاب بالمرحلة الثانوية العامة للعام الدراسي ١٤٣٠ - ١٤٣١هـ بالمدارس الثانوية بمدينة الرياض، وتم تطبيق الدراسة على عينة مكونة من ٣٥٠ طالباً؛ منهم ٨٥ طالباً بالصف الثاني الثانوي الشرعي، و١٠٢ طالباً بالصف الثاني الثانوي الطبيعي، و٧٥ طالباً بالصف الثالث الثانوي الشرعي، و٨٨ طالباً بالصف الثالث الثانوي الطبيعي.**

منهج الدراسة: **اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي.**

أهم النتائج: **خلصت الدراسة إلى عدة نتائج كان من أهمها ما يلي:**

(١) وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت، والدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي.

(٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطات درجات الطلاب مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت من طلاب المرحلة الثانوية في أبعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي لصالح غير مدمني الإنترنت.

(٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطات الطلاب في القسمين الشرعي والطبيعي في أبعاد مقياس إدمان الإنترنت لصالح الطلاب بالقسم الشرعي.

أهم التوصيات: **أوصت الدراسة بضرورة تدعيم تحكم الدولة في شبكة الإنترنت وما تبثه من مواقع للشباب من المؤسسات التشريعية والتنفيذية، وضرورة عقد برامج تدريبية لطلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية وأولياء الأمور، والمعلمين دف إلى توعيتهم بالآثار السلبية المتلاحقة للاستخدام المفرط للإنترنت، وضرورة الاهتمام بعقد برامج علاجية للطلاب مدمني الإنترنت بالمملكة العربية السعودية دف إلى تخليصهم من إدما م لها، والمشكلات الناجمة عن الاستخدام المفرط لها، وتعويدهم على الاندماج في الحياة الواقعية، وزيادة علاقا م الاجتماعية الحقيقية.**

بســـــم الله الرحمن الرحيم

جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية

Naif Arab University For Security Sciences

College of Graduate Studies

Department: Social Sciences

Thesis Abstract

Study Title: Internet addiction, and Its Relationship to Psychosocial-Social Adjustment among the Secondary School Students in Riyadh

Student: Sultan Aid Murfreeh Al-Osaimi

Advisor: Prof. Dr. Monir Hasan Gemal

Study Problem: The Problem of the study was identified to answer the following main question: What is the relationship between Internet addiction and social psychological adjustment among high school students in Riyadh?

Study Population: The population of the study of public high school students for the academic year 1430 - 1431 H secondary schools in Riyadh. The study was applied on a sample of (N=350) students; including (N=85) second secondary legitimate, and (N=102) second secondary natural, and (N=75) third secondary legitimate, and (N= 88) third secondary natural.

Study Methodology: The study adopted the descriptive approach.

Main Results:

(1) There is a statistical significant negative correlation at the level (0.01) between the total score of the scale of Internet addiction, and the total score of the social psychological adjustment.
(2) There are statistical significant differences at level (0.01) between the means scores of Internet addicted and Internet non-addicts secondary school students in the psychological and social adjustment in favor of non-Internet addicts.
(3) There are statistical significant differences at level (0.01) between the means of students in sections legitimate and natural in the dimensions scale of Internet in favor of legitimate students.

Main Recommendations:

The study recommended the need to strengthen state control in the Internet and aired sites for young people from legislative and executive institutions, and the need for training programs for secondary school students in Saudi Arabia, parents, teachers aim to educate them about the adverse effects subsequent to the excessive use of the Internet, and the need to interest the holding of remedial programs for students addicts Internet in the Kingdom of Saudi Arabia aims to rid them of their addiction to, and problems arising from excessive use of it, and to integrate in real life, and increase the real social relations.

إهداء

- إلى أعز الناس وأقربهم إلى قلبي إلى والدتي العزيزة ووالدي العزيز اللذان كانا عوناً وسنداً لي ، و كان لدعائهما المبارك أعظم الأثر في تسيير سفينة البحث حتى ترسو على هذه الصورة.
- إلى من ساندتني وخطت معي خطواتي، ويسرت لي الصعاب؛ إلى زوجتي العزيزة التي تحملت الكثير وعانت، ووقوفي في هذا المكان ما كان ليحدث لولا تشجيعها المستمر لي.
- إلى زهراتي وفلذات كبدي؛ ولدي العزيز وابنتي العزيزة. .اللذان حرما مني طيلة الفترة التي قضيتها في إعداد هذا البحث.
- إلى أساتذتي وأهل الفضل عليّ الذين غمروني بالحب والتقدير والنصيحة والتوجيه والإرشاد .

إلى كل هؤلاء أهديهم هذا العمل المتواضع؛ سائلاً الله العلي التقدير أن ينفعنا به ويمدنا بتوفيقه.

شكر وتقدير

لك اللهم عز وجل أسجد خاشعاً، شاكراً فضلك على إتمام هذا الجهد المتواضع؛ فشكراً لله شكر الحامدين، وحمداً لله حمد الشاكرين مقدماً آيات الحب والتقدير والوفاء والعرفان بالجميل لكل من تعلمت على يديه.

و لا يملك الباحث في هذا المقام، إلا أن يتقدم بخالص شكره وتقديره لجامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، وأخص بالشكر **صاحب السمو الملكي الأمير نايف بن عبد العزيز** رئيس المجلس الأعلى للجامعة، ومعالي **الأستاذ الدكتور عبد العزيز بن صقر الغامدي** رئيس الجامعة؛ لما قدمه من جهد ملموس في تطوير برامج الدراسات العليا بالجامعة، والشكر موصول إلى سعادة عميد كلية الدراسات العليا **الأستاذ الدكتور عامر خضير الكبيسي**، والأستاذ الدكتور رئيس قسم العلوم الاجتماعية، وأعضاء هيئة التدريس بالكلية؛ لما بذلوه من جهود من أجل وصول الجامعة إلى أعلى المراتب.

والشكر موصول إلى الأستاذ الدكتور / منير حسن جمال أستاذ علم النفس؛ الذي تتلمذت على يديه في مدرسته؛ فقد غمرني بحنانه الفياض، وأبوته المتدفقة، وتواضعه الجم؛ أتضرع إلى الله عز وجل أن يمتعه بالصحة والعافية، وأن يجعل ذلك العمل في ميزان أعماله.

كما لا يفوتني أن أتوجه بالشكر الجزيل إلى كل من اقتطع من وقته بتحكيم أدوات الدراسة، وأشكر كل من أعانني على إخراج هذه الدراسة بهذه الصورة، وأدعو الله لهم جميعاً بالخير.

ومعذرة إن كنت نسيت أو أخطأت؛ فإنني لا أدعي أني قد بلغت حد الكمال؛ فالكمال لله وحده، فإن أصبت فمن عند الله وإن كانت الأخرى؛ فعذري إني بشر، وما توفيقي إلا بالله عليه توكلت وإليه أنيب.

قائمة المحتويات

قائمة الجداول

قائمة الملاحق

الفصل الأول

(مشكلة الدراسة وأبعادها)

مقدمة

مشكلة الدراسة

تساؤلات الدراسة

أهمية الدراسة

أهداف الدراسة

حدود الدراسة

مفاهيم ومصطلحات الدراسة

الفصل الأول

(مشكلة الدراسة وأبعادها)

مقدمة الدراسة:

تعد الثورة المعلوماتية من التجليات الاتصالية والثقافية للعولمة إذ أن للعولمة تجليات متعددة اقتصادية وسياسية وثقافية. وتتمثل التجليات الثقافية للعولمة في البث الإعلامي من خلال الأقمار الصناعية العربية والأجنبية والقنوات الفضائية والتليفون المحمول والكمبيوتر بكافة أشكاله وأنواعه والإنترنت بمحركات بحثه المتعددة ومواقعه المتنوعة؛ الأمر الذي أدى إلى انهيار الحواجز الجغرافية والزمنية، وجعل الإنسان أينما يكون في هذا العالم، فإنه رغم اتساعه يكون بين يديه.

ولاشك أن التقدم التكنولوجي الهائل في تكنولوجيا المعلومات والاتصالات الذي يميز العصر الحالي ؛ يجعلنا نطلق على هذا العصر مسمى العصر الرقمي؛ مما يشير إلى اتساع نطاق استخدام الإنترنت واعتباره السمة المميزة لهذا العصر؛ فالإنترنت يستخدمه الأطفال والراشدين والمتقدمين في السن؛ أي كافة فئات المجتمع العمرية، وأيضاً كافة طبقات المجتمع الراقية ومحدودة الدخل، فأصبح الإنترنت يغزو كافة مجالات الحياة الاجتماعية كوسيلة للاتصال وتبادل الأفكار والمعلومات ، وأيضاً المجالات الاقتصادية والسياسية وغيرها؛ الأمر الذي يترتب عليه أن أي مجتمع يعجز عن المشاركة في هذا التقدم التكنولوجي الرقمي الهائل؛ لاشك أنه يتخلف عن بقية الأمم المتقدمة وعن ملاحقة التطورات السريعة العميقة.

ونظراً لأن الإنترنت قد تغلغل في كافة مجالات الحياة ، وأصبح يوجد في جميع المؤسسات التعليمية والاقتصادية والتجارية وغيرها، بل أصبح ضرورة من ضروريات الحياة، فقد بات الدخول على شبكة الإنترنت من السهولة بمكان، فسواء كان الإنسان يملك جهاز كمبيوتر أو لا يملكه؛ يمكنه استخدام شبكة الإنترنت وذلك بذهابه إلى مقاهي الانترنت بما تقدمه من مواقف وخدمات متعددة

وقد قدرت استطلاعات الرأي أن هناك ما يبلغ أكثر من مليار و٨٠٠ مليون من الأفراد على مستوى العالم يستخدمون الإنترنت بشكل نظامي وأن نسبة النمو من عام ٢٠٠٠م إلى عام ٢٠٠٩م بلغت ٢٦% أما في المملكة العربية السعودية فقد بلغ عدد المستخدمين في هذه الفترة ٧،٧٠٠،٠٠٠ مستخدم ونسبة النمو بلغت ١٣٥٣% (http://www.internetworldstats.com)

واليوم أصبحت شبكة الإنترنت أكثر سهولة في التوصل إليها في المدارس والكليات والمكتبات العامة، بل أن استخدام الإنترنت قد أصبح إلزامياً في مجال الأعمال التجارية، سواء بالنسبة للبائع أم للمستهلك.بالإضافة إلى ذلك؛ فإن تكلفة أجهزة الكمبيوتر أصبحت بأسعار معقولة؛ لذا أصبح عدد أجهزة الكمبيوتر الم لية مرتفع بسرعة كبيرة. ومع سهولة الوصول إلى شبكة الإنترنت؛ أصبحت جزءا لا يتجزأ من حياتنا (Huang & Alessi, 1997).

ويسمح الإنترنت للمستخدم بمجموعة من التطبيقات العملية، مثل القدرة على إجراء البحوث ، لتنفيذ المعاملات التجارية ، والوصول إلى المكتبات العالمية، أو إلى وضع الخطط والعطلات.. الخ، وهناك مجموعة متنوعة من الفوائد النفسية والوظيفية من استخدام الإنترنت في الحياة اليومية (Rheingold, 1993; Turkle, 1995).

ومثل وسائل الاتصال الأخرى، فإن استخدام الإنترنت له مترتباته النافعة وعواقبه السلبية؛ فهناك إجماع بين العديد من الباحثين على أن تكنولوجيا الاتصال الحديثة وفي مقدمتها شبكة الانترنت قد فتحت عصراً جديداً من عصور الاتصال والتفاعل بين البشر، وفي وفرة المعلومات والمعارف التي تقدمها لمستخدميها، ولكن على الجانب الآخر هناك مخاوف من الآثار السلبية الجسدية والنفسية والاجتماعية والثقافية التي قد يحدثها الاستخدام المفرط للإنترنت (Huang *et al.*, 2007; Thatcher & Goolam, 2005; Griffiths, 2003; Shapira *et al.*, 2000; Brenner, 1997; Young, 1997; 1996).

وهكذا فالإنترنت سلاح ذو حدين، فهو وسيلة مفيدة، وأيضاً له أضراره، ولا يجب أن نغض أبصارنا عن أضراره، أو أن فوائده تعمينا عن المشكلات الناجمة الخطيرة. وقد صدق من أطلق على شبكة الإنترنت بالشبكة العنكبوتية؛ فهو وصف دقيق لتأثير الإنترنت على مستخدميه؛ حيث أن البعض قد يقع في خيوط وشباك لا اية لها، وبذلك يسيء استخدامه ويفرط فيه ويعتمد عليه اعتماداً شبه تام، ويشعر بالاشتياق الدائم له إذا حدث ما يمنع اتصاله ذه الشبكة، ويحاول تصفية كل التزاماته قبل أن يمارس الإنترنت، ويصبح شغله الشاغل هو كيف يعود مرة أخرى للدخول على الإنترنت؛ و ذا يفقد استقلاليته ويصبح عبداً بل وأسيراً له؛ لأن الإنترنت أصبح يتحكم في كل أنشطته الحياتية، وهذا هو ما نطلق عليه إدمان الإنترنت Internet Addiction.(ارنوط،٢٠٠٧)

فإذا كان في الماضي قد ظهر مصطلح إدمان التليفزيون، فاليوم ظهر مصطلح إدمان الإنترنت ، فقد أشارت مجلة النيوزويك أن ٣٢٪ من مستخدمي شبكة الإنترنت يعانون من إدمان الإنترنت الشديد (أرنوط، ٢٠٠٤م، ٢٥).

وقد برزت قضية إدمان الإنترنت كقضية اجتماعية كبيرة مع تزايد شعبية الإنترنت، فقد أشار علماء النفس أن هناك شخص من بين ٢٠٠ شخصاً من مستخدمي الإنترنت تظهر عليه أعراض الإدمان، بل أن هناك أشخاص يقضون ٣٨ ساعة أو أكثر على الإنترنت دون عمل يدعو لذلك؛ فمن الممكن أن يضحي البعض بالعمل وبالمدرسة وبالعلاقات الأسرية وبالمال، بل ومن الممكن أن تدمر حياة الشخص من خلال سيير الإنترنت والوقوع في دائرة إدمان الإنترنت، ويعتبر طلاب المرحلة الثانوية الأكثر تعرضاً لإدمان الإنترنت وما يثيره ذلك الإدمان من مشكلات قد يؤثر على توافقهم النفسي والاجتماعي (Huang *et al.*, 2007).

مشكلة الدراسة:

يعد مفهوم إدمان الإنترنت من المفاهيم النفسية الجديدة نسبياً ومازال البحث في هذا المفهوم محدوداً؛ فقد ذكر العديد من الباحثين (Griffiths, 1997; Brenner, 1997; Young, 1996; Wellman, 1996; Nguyen & Anderson, 1996) أن هناك حاجة إلى البحث الإمبريقي حول الطبيعة النوعية للاستخدام المشكل للإنترنت أو ما يسمى بإدمان الإنترنت، والمشكلات السلوكية المرتبطة بهذا الاستخدام، والسمات الشخصية للأفراد الذين لديهم هذا النوع من السلوك الإدماني.

وقد كانت عالمة النفس "يونج" Young أول من استخدمت مصطلح "اضطراب إدمان الإنترنت" (Young, 1996)، ثم عدلته إلى مصطلح أطلقت عليه "استخدام الإنترنت المرضي" Pathological Internet Use (Young, 1997).

وحديثاً فقد حاز مصطلح الاستخدام المشكل للإنترنت Problematic Internet Use شيوعاً وقبولاً على الرغم من أن العديد من الباحثين مازالوا يتفضلون مصطلح إدمان الإنترنت (Shapira *et al*., 2000).

والقضية الأساسية للدراسة الحالية هي المشكلات النفسية المرتبطة بإدمان الإنترنت؛ فقد أوضحت الدراسات أن بعض الناس يهملون أعمالهم، وأسرهم، ومسئولياتهم الاجتماعية والأكاديمية، ويعانون من الانعزالية الاجتماعية، ويواجهون مشكلات مالية، وأحياناً يسجلون مشكلات جسدية نتيجة للاستخدام المفرط للإنترنت (Griffiths, 2000; Young, 1996; 1999).

ونتيجة لهذه المشكلات الناجمة عن الاستخدام المفرط للإنترنت؛ فإن ذلك يقترح أن يصبح بعض الناس مدمنين للإنترنت (Brenner, 1997). وقضية ما إذا كان بعض الناس مدمني للإنترنت مازالت تشغل بال الباحثين.

ففي الدليل الأمريكي التشخيصي للأمراض العقلية (الطبعة الرابعة) DSM-IV حددت الاعتمادية على العقاقير أو النشاط الذي يتميز بالإفراط، وزيادة مستويات الاحتمال، وأعراض الانسحاب وافتقاد الضبط والتحكم بأ ا أعراض للإدمان.

وعلى أية حال فإن الاضطرابات السلوكية الاندفاعية - التحكم والضبط مثل اضطرابات الأكل (Lacey, 1993)، وإدمان الجنس (Goodman, 1993)، وإدمان التقنيات (Griffiths, 1995) صارت هي الأكثر شيوعاً، وهناك زعم بأن الاستخدام المفرط للإنترنت يمكن أن يوضع في فئة الاضطرابات السلوكية الاندفاعية- التحكم والضبط، وهناك تعبيرات عديدة يستخدم لتصف المشكلات المرتبطة بالاستخدام المفرط للإنترنت.

فقد ابتكرت "يونج" (Young, 1996)، و"برينر" (Brenner, 1997) استبانة قامت على معايير DSM-IV للاعتمادية على العقاقير؛ دف لاستطلاع آراء مستخدمي الإنترنت من خلال صفحات الموقع الإلكتروني على الإنترنت.

وعلى الرغم من أن النتائج المستخلصة من هاتين الدراستين المبدئيتين ينبغي أن تفسر بشكل كبير من الحرص؛ فإ ا قدمت معلومات عن التحمل، والأعراض الانسحابية المرتبطة بالاستخدام المفرط للإنترنت. بالإضافة إلى ذلك فإن كل دراسة حددت الوقت الكلي للساعات المنقضية على الإنترنت كل أسبوع، ففي دراسة "برينر" حددت الاستخدام المدمن بأنه ١٩ ساعة أسبوعياً، وفي دراسة "يونج" حددت الاستخدام المدمن بأنه ٣٨،٥ ساعة أسبوعياً.

وأشارت دراسة "مورهان-مارتن وشوماخر" (Morhan-Martin & Schumacher, 1997) التي اختبرت استخدام الإنترنت المرضي (الباثولوجي) لدى طلاب الجامعة؛ أشارت إلى أن متوسط عدد الساعات إذا زاد عن ٨،٤٨ ساعة كل أسبوع أدى ذلك إلى الاستخدام المرضي.

ولكن من المهم ملاحظة أن كل دراسة حددت متوسط مختلف للوقت الفعلي على الإنترنت لكي يتم تحديد الاستخدام المفرط للإنترنت، أو تحديد إدمان الإنترنت؛ هذا الاختلاف قد يعزو إلى العينات التي تم التطبيق عليها.

وعلى هذا الأساس؛ فالتركيز البحثي قد تحول من مجرد محاولة تحديد المعايير المباشرة لما يمكن تأسيسه على أنه "استخدام الإنترنت بأنه إدمان" (في ضوء مجموع الساعات المنقضية على شبكة الإنترنت كل أسبوع)، إلى البحوث التفسيرية لاختبار العلاقة بين الاستخدام المفرط للإنترنت والاضطرابات الشخصية لدى المستخدمين.

وهناك ثلاثة متغيرات اقترحتها الأدبيات لتصف الاستخدام المفرط للإنترنت وهي: كمية الاستخدام، والإدراك الذاتي للاستخدام، وتصنيف الاستخدام (Shotton, 1991; Turkle, 1995; Brenner, 1996; Young, 1996; 1997; Griffiths, 1998).

وهناك العديد من الدراسات حاولت قياس سلوكيات إدمان الإنترنت؛ ففي الدراسات الأولى التي تفحصت إدمان الإنترنت قام "إيجير وراوتربيرج" (Egger & Rauterberg, 1996) ببناء مقياس مكون من ٤٦ بنداً يركز على أنماط الاستخدام، والمشاعر والخبرات الناجمة عن استخدام الإنترنت.

وقد وضع المقياس على موقع إلكتروني وتم انتقاء ٤٥٠ مستجيباً من سويزرلاند؛ وقد حدد ١٠٪ من العدد الكلي للمستجيبين أ م مدمني للإنترنت على أساس بند واحد. وهذه ا موعة من مدمني الإنترنت يقضون وقتاً طويلاً على شبكة الإنترنت. وقد وجد "إيجير وراوتربيرج" أن مجموعة الإنترنت يشعرون بأ م أكثر قلقاً إذا تم إعاقة استخدامهم للإنترنت، ومن المحتمل أن يكون لديهم شعور بالاكتئاب وعدم الراحة إذا قضوا وقتاً طويلاً على الإنترنت.

وقام برينر (Brenner, 1997) ببناء استبانة لخبرات الإنترنت (قائمة سلوكيات الإدمان المرتبطة بالإنترنت) مكونة من ٣٢ بنداً صيغت بنمط الصواب والخطأ قامت على أساس المعايير السلوكية لسوء استخدام العقاقير الواردة في DSM-IV. وقد قرر برينر أن المقياس أحرز تجانساً داخلياً جيداً (α=0.87). وقد قام برينر بتطبيق الاستبانة على ٥٦٣ مستجيباً، ووجد أن المستخدمين الصغار أخبروا مشكلات أكثر قائمة على الإنترنت على الرغم من أ م يقضون وقتاً طويلاً على الشبكة كمستخدمين كبار.

وفي دراسة أخرى لـ "بيتري وجون" (Petrie & Gunn, 1998) قامت باقتراح مقياس استخدام الإنترنت والاتجاه نحوه مكون من ١٦ بنداً؛ يركز على استخدام الإنترنت، والمعتقدات، والاتجاهات نحوه.

وقد خلص التحليل العاملي لهذه البنود أن هناك عامل واحد يفسر ٣٩٪ من التباين. وقد حدِد مدمنو الإنترنت على أساس بند واحد يطرح على المستجيبين ليحددوا أنفسهم على أ م مدمني إنترنت أم لا.

وقد تكونت عينة الدراسة من ٤٤٥ كان من ضمنهم ٤٦٪ مدمني إنترنت. والمستجيبون الذين سجلوا درجات مرتفعة في إدمان الإنترنت من المحتمل أن يقضوا وقتاً أطول على الشبكة، ويكونوا لديهم اتجاهات إيجابية نحو الإنترنت.

وباستخدام قائمة بيك للاكتئاب، ومقياس الانبساطية/الانطوائية لأيزنك؛ فقد وجدا أن هناك علاقة ارتباطية دالة بين الاستخدام المكثف للإنترنت وكل من الاكتئاب والانطوائية.

وحديثاً كانت هناك محاولات لقياس الاستخدام المفرط للإنترنت ركزت على التحليل العاملي؛ فقد استخدم "براتاريللي وبراون" (Pratarelli & Browne, 2002) استبانة مكونة من ٧٤ بنداً تركز على الخبرات المرتبطة بالكمبيوتر والإنترنت.

وقد أجريت التحليلات العاملية لهذه البنود على عينة مكونة من ٥٢٤ طالباً، واقترحت نموذج ثلاثي العوامل؛ عامل الإدمان، وعامل الجنس، وعامل المستخدم. وعند استخدام نمذجة المعادلة البنائية لهذه العوامل فقد اقترحت أن بروفيل الأداء الإدماني (أي عامل الإدمان) منبئ بالسلوكيات المفرطة نحو الإنترنت للأغراض الجنسية (أي عامل الجنس)، وللاستخدام الوظيفي (أي عامل المستخدم).

وفي تحليل عاملي آخر، قام دافيز وآخرون (Davis, *et al.*, 2002) ببناء مقياس المعرفة على الشبكة Online Cognition Scale (OCS) لقياس استخدام الإنترنت الباثولوجي. وقد قام هذا المقياس على النموذج السلوكي - المعرفي الذي يميز بين شرطين أو

ظرفين (أي المستخدمين الذين يستخدمون الإنترنت لأغراض نوعية مثل المقامرة على الإنترنت، أو الجنس على الإنترنت)، والظروف العامة الناجمة عن الأعراض النفسية المرضية (أي الاكتئاب، والقلق والاعتماد على العقاقير)، وقد صيغت بنود (OCS) من الأعراض الواردة في الأدبيات التي تناولت استخدام الإنترنت المشكل.

وبإجراء التحليل العاملي التوكيدي على المقياس الذي تكون من ٣٦ بنداً على عينة مكونة من ٢١١ طالباً؛ تم التأكيد على نموذج مكون من الأربعة عوامل (أي: عامل الشعور بالوحدة/ الاكتئاب، وعامل ضبط الاندفاع، وعامل الشرود والتشتت، وعامل الراحة الاجتماعية)، وهذه العوامل الأربعة ارتبطت إيجابياً مع طول الفترة الزمنية على الإنترنت؛ بالإضافة إلى أن التطبيقات التفاعلية للإنترنت كانت الأكثر ارتباطاً بمقياس (OCS).

مما سبق يتضح أن هناك منبئات للاستخدام المفرط للإنترنت، والمنبئات الواضحة لإدمان الإنترنت هي استخدام الإنترنت؛ والتي تتحدد بطول الفترة الزمنية على الإنترنت.

إضافة إلى ذلك فإن "وايديانتو وماك موران" (Widyanto & McMurran, 2004) وجدا أن استخدام الإنترنت للاستخدام الشخصي أفضل منبئ من استخدام الإنترنت لأغراض العمل.

فضلاً عن أن الوظائف التفاعلية للإنترنت (مثل: ا موعات الإخبارية، وغرف الدردشة، والألعاب على الشبكة) وجد أ ا أكثر إدماناً وتسبب مشكلات نفسية اجتماعية (Morahan-Martin & Schumacher, 2000)، وبعض الدراسات وجدت علاقة ارتباطية دالة بين الاكتئاب والاستخدام المفرط للإنترنت (Davis *et al.*, 2002; La Rose *et al.*, 2003; Petrie & Gunn, 1998)، ووجد (Morahan-Martin & Schumacher, 2000) أن الشعور بالوحدة والتحرر الاجتماعي يرتبطا بشكل دال مع الاستخدام المشكل للإنترنت.

وعموماً؛ فإن الدراسات التي اهتمت بالاستخدام المفرط للإنترنت نزعت إلى استخدام المقاييس الذاتية متعددة البنود مع بعض الخصائص السيكومترية.

ومن ناحية أخرى أشارت بعض الدراسات إلى أن مستخدمو الإنترنت يواجهون مشكلات نفسية مثل العزلة الاجتماعية، والاكتئاب، والشعور بالوحدة ، وسوء إدارة الوقت جراء استخدامهم للانترنت، أيضاً كان هناك تغيرات لدى الناس الذين يستخدمون شبكة الانترنت أكثر من ١٢-٢٤ شهر في مشاركتهم الاجتماعية والنفسية؛ واضطرابات نفسية أخرى بما في ذلك الاضطراب العاطفي (Young, 1998; Kraut *et al.*, 1998; Morhan-Martin & Schumacher, 1997, Brennerm 1997).

وفرضية أن استخدام الإنترنت له تأثير سلبي على التوافق النفسي والاجتماعي تنبع من الحجة الرئيسة التي تقول أن مستخدمي الإنترنت ينخفض لديهم إقامة العلاقات الاجتماعية الحقيقية؛ ويؤدي في النهاية إلى الانعزال عن المشاركة في الحياة الاجتماعية (Baruch, 2001; Kiesler *et al.*, 1984; Kraut *et al.*, 1998).

في حين لاحظ العديد من الباحثين أن هناك القليل جداً من الآثار السلبية لاستخدام الإنترنت؛ فقد ذكر "شوتون" (Shotton, 1991) أن المعتمدون على الكمبيوتر هم أولئك الذين أبلوا بلاءً حسناً في المدرسة الشاملة. وأشار "جريفيثز" (Griffiths, 1997) إلى أن الاعتماد على الإنترنت مشابه لمفهوم "الإدمان الإيجابي" الذي عرضه جلاسر (Glasser, 1976) للأشياء الجيدة بالنسبة للفرد مثل التمارين الرياضية والتأمل.

وحتى الآن لم يعط البحث النفسي نتائج قاطعة في هذا الشأن؛ حيث جاءت النتائج مختلطة شيء ما، فمن ناحية وجد أن الاستخدام المفرط للإنترنت ينحى إلى التأثير سلباً على الاندماج الاجتماعي والتوافق النفسي والاجتماعي، على الرغم من التحول إلى شبكة الإنترنت للتفاعل الاجتماعي والانتساب لهذه الشبكة (Moody, 2001; Weiser, 2001)؛ فإن هذا التفاعل الاجتماعي من خلال غرف الدردشة؛ قد يزيد من الإحساس بالوحدة بسبب الاستخدام الذي يصبح مضيعة للوقت، ويعوق التوظيف الطبيعي داخل ا ال الاجتماعي وذات الصلة بالعمل الاجتماعي (Kubey *et al.*, 2001).

وبما أن الشريحة الأكبر التي تستخدم هذه التقنية هي من فئة الشباب الذين هم مستقبل وعماد التطور والتقدم والإنتاج في العالم كان لابد من دراسة ظاهرة الإدمان على الشبكة ومعرفة آثارها المختلفة وخاصة الاجتماعية عند هذه الفئة المهمة من فئات ا تمع لنتمكن من محاصر ا وتحويلها من تقنية تستخدم بشكل سلبية عند البعض إلى تقنية إيجابية وبناءة حيث نستطيع الاستفادة من هذه الشابكة بأمور عديدة ومفيدة في تطور مجتمعنا وخدمة العلم والمعرفة.

ومن هنا يمكن أن تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة عن التساؤل الرئيس التالي: **ما العلاقة** بين **إدمان الإنترنت والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية؟**

تساؤلات الدراسة:

للإجابة عن التساؤل الرئيس للدراسة؛ فإن ذلك يتطلب الإجابة عن التساؤلات التالية:

١- ما المستوى الفارق لتحديد إدمان الانترنت بالنسبة لطلبة المرحلة الثانوية في مدينة الرياض ؟
٢- هل توجد علاقة ارتباطية بين إدمان الإنترنت والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟
٣- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين درجات مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت من طلاب المرحلة الثانوية في مقياس التوافق النفسي والاجتماعي ؟
٤- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين درجات طلاب المرحلة الثانوية بقسميها الشرعي والطبيعي في مقياس إدمان الإنترنت.

فروض الدراسة:

سيتم اختبار تساؤلات الدراسة وفقا للفروض التالية:

أ- توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠،٠٥ بين إدمان الانترنت وكل من أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

ب- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠،٠٥ بين مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت من طلاب المرحلة الثانوية في كل من أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي.

ج- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠،٠٥ بين طلاب المرحلة الثانوية بقسميها الشرعي والطبيعي في إدمان الإنترنت.

أهداف الدراسة:

ـدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:

أ- تحديد المستوى الفارق لإدمان الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة الرياض.

ب- الكشف عن العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية.

ج- معرفة الفروق بين مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت من طلاب المرحلة الثانوية في التوافق النفسي الاجتماعي.

د- الكشف عن الفروق بين طلاب المرحلة الثانوية بقسيمها الشرعي والطبيعي في إدمان الانترنت.

ه- تصميم مقياس "إدمان الإنترنت" يتمتع بخصائص سيكومترية مناسبة ويناسب البيئة السعودية.

أهمية الدراسة:

تستمد هذه الدراسة أهميتها من أهمية الشريحة التي تتناولها وهم طلاب المرحلة الثانوية؛ حيث يعتبرون من أكثر العينات التي تستخدم شبكة الإنترنت وقد يتعدى هذا

الاستخدام إلى شكل الإفراط، وتظهر عليهم أعراض الإدمان؛ مما ينعكس على توافقهم النفسي والاجتماعي؛ ونظراً لما يترتب على ذلك الاستخدام المفرط من أضرار على الصحة النفسية والاجتماعية والجسمية لدى طلاب المرحلة الثانوية؛ فإن الدراسة الحالية تكتسب أهمية خاصة على المستويين النظري والتطبيقي كما يلي:

١- الأهمية النظرية للدراسة:

أ- الوقوف على العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

ب- تكمن أهمية الدراسة الحالية في كو ا من الدراسات العربية القليلة لاسيما على مستوى المملكة العربية السعودية -في حدود علم الباحث- التي تناولت هذا الموضوع البحثي على الرغم من أهميته.

ج- تم الدراسة الحالية بمرحلة عمرية مهمة، وهي المرحلة الثانوية؛ وهذه المرحلة تعد من أكثر المراحل تعرضاً للضغوط الحياتية وللاضطرابات النفسية وللآثار الناجمة عن الاستخدام المفرط للإنترنت خاصة توافقهم النفسي والاجتماعي.

٢- الأهمية التطبيقية للدراسة:

أ- تكمن أهمية الدراسة الحالية في أن النتائج قد تتيح للقائمين على السياسة التربوية التعرف على طبيعة العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية؛ مما يمكنهم من توظيف ذلك في تقديم برامج تربوية وإرشادية وعلاجية مناسبة.

ب- إثراء القياس النفسي بتوفير أداة تقيس إدمان الإنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية، بحيث تناسب هذه الأداة البيئة السعودية؛ بعد التحقق من خصائصه السيكومترية.

حدود الدراسة:

تقتصر الدراسة الحالية على الحدود التالية:

أ- **الحدود الموضوعية:** تقتصر الدراسة على تقصي العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض.

ب- **الحدود البشرية:** طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض.

ج- **الحدود المكانية:** المدارس الثانوية بمدنية الرياض .

د- **الحدود الزمنية:** الفصل الدراسي الثاني بمدينة في العام الدراسي ١٤٣٠ - ١٤٣١هـ.

مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

١ - إدمان الإنترنت Internet Addiction

يعرف "وارد" (Ward, 2000) إدمان الإنترنت بأنه: سلوك مرتبط باستخدام الإنترنت مثل الإفراط في الوقت المنقضي على الإنترنت، أو استبدال العلاقات الحقيقية الواقعية إلى علاقات سطحية افتراضية، والتي غالباً ما تخبر بأ ا شخصية، وهي حس افتقاد الوقت، وتشكيل أنماط متكررة تزيد من مخاطر المشكلات الاجتماعية والشخصية.

وهذه البنية تتألف من المحكات التالية:

أ- البروز Salience: ويقصد به ذلك الذي يحدث عندما يصبح استخدام الإنترنت أهم الأنشطة وأكثرها قيمة في حياة الفرد، ويسيطر على تفكيره ومشاعره حيث يتـضح الانشغال البارز أو الزائد وينتابه الشعور باللهفة للقيام ـذا النشاط.

ب- تعديل المزاج Mood Modification: ويشير إلى الخبرة الذاتية المكتسبة التي يشعر ا كنتيجة لاستخدام الإنترنت بشكل متواصل ويمكن إدراكها كإستراتيجية يستخدمها في المواجهة لكي يتحاشى الآثار المترتبة على افتقاد استخدامه للانترنت.

ج- التحمل Tolerance: ويشير إلى العملية التي يزداد فيها كمية أو مقدار استخدام الإنترنت بحيث يصل إلى المقدار أو الكمية التي يشعر فيها بتحقيق الانتعاش والسعادة والرضا.

د- الأعراض الانسحابية Withdrawal Symptoms: وتشير إلى مشاعر عدم الراحة أو السعادة أو يترتب عليها آثار فسيولوجية تحدث عندما ينقطع عن استخدام الإنترنت أو تقل فترة استخدامه له مما يترتب عليه مشاعر بالكآبة وحدة الطبع وسرعة الهياج.

ه- الصراع Conflict: ويشير إلى الصراعات التي تدور بين مدمن الإنترنت والمحيطين به كالصراع البين شخصي Interpersonal conflict، والصراعات والتضارب بين إصراره على استخدام الإنترنت وبين غيره من الأنشطة الأخرى (كالعمل، والحياة الاجتماعية، والأمنيات، والاهتمامات، والدراسة)، أو الصراع الذي يدور داخل الفرد ذاته وهو الصراع البين نفسي Intrapsychic Conflict المتعلق باستخدام الإنترنت (والذي يتمثل في الاستمرار أو التوقف وخاصة عندما تنشأ مشكلات عن استمراره في استخدام الإنترنت).

و- الانتكاس Relapse: ويقصد به الميل إلى العودة مرة أخرى والاندفاع بشكل مفرط لاستخدام الإنترنت.

ز- الاعتمادية Dependence: ويقصد ا الحاجة الملحة لاستخدام الإنترنت للحصول على الإحساس والمشاعر المصاحبة لاستخدام الإنترنت والتي يترتب على عدم استخدامها إحساسه بمشاعر مزعجة وكآبة وتسبب له حالة من التوتر والانزعاج.

ح- سوء الاستخدام Abuse: ويقصد به أن المدمن يفقد الإحساس بالجوانب الأخلاقية والدينية عند استخدام الإنترنت؛ حيث يرتبط إدمانه لهذا الاستخدام فقط بما يحققه من إشباع لغرائزه دون إدراك لما يسببه هذا الإدمان من ممارسات شاذة أو غير أخلاقية أو توقعه تحت طائلة القانون.

ويعرف إدمان الإنترنت **إجرائياً** بأنه الدرجة التي يحصل عليها طالب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض على مقياس إدمان الإنترنت من إعداد الباحث.

٢- التوافق النفسي الاجتماعي Psychosocial/ Social Adjustment

تعرف الدراسة الحالية التوافق العام بأنه: "عملية دينامية مستمرة يحاول فيها الفرد تعديل سلوكه في بيئته الطبيعية والاجتماعية، وتقبل ما لا يمكن تعديله فيهما ليتحقق التوازن النسبي بينه وبين نفسه وبينه وبين البيئة المحيطة به؛ وذلك لإشباع حاجاته البيولوجية والنفسية والاجتماعية؛ مما يؤدي إلى تغيب الأمراض النفسية والتوترات والصراعات".

وتتألف بنية التوافق من الأبعاد التالية:

أ- التوافق النفسي: ويقصد به قدرة الفرد على حل صراعاته وتوتراته الداخلية حلاً ملائماً؛ حتى تحدث حالة من التوازن بين الوظائف المختلفة للشخصية، وتتضمن إشباع حاجات الفرد ودوافعه بصورة لا تتعارض مع معايير المجتمع وقيمه؛ فيشعر الفرد بالأمن والأمان والسعادة مع النفس والثقة بها والكفاءة والتقدير والاعتزاز.

ب- التوافق الأسري: ويقصد به تمتع الفرد بعلاقات سوية ومشبعة مبنية على التفاهم والمشاركة، ويتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك والثقة والاحترام المتبادل بين أفراد الأسرة، والمساواة في المعاملة الوالدية بين الأخوة.

ج- التوافق المدرسي: ويقصد به قدرة الفرد على تحقيق التلاؤم بينه وبين البيئة المدرسية بما تحويه من علاقات مع الرفاق والمدرسين وممارسة الأنشطة المنهجية واللامنهجية؛ مما يجعله أكثر شعبية وحباً وشعوراً بالألفة والمساندة الاجتماعية، وأكثر قدرة على الإنجاز الأكاديمي والتفوق العلمي؛ وبذلك يكون أقل عرضة للمشكلات النفسية التي تتعلق بالقلق والاكتئاب وكراهية المدرسة.

د- التوافق الاجتماعي: ويقصد به قدرة الفرد على إقامة علاقة منسجمة مع البيئة المادية والاجتماعية، وتتضمن السعادة مع الآخرين، والاتزان الاجتماعي، والالتزام بأخلاقيات المجتمع، ومسايرة المعايير الاجتماعية، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي، والمشاركة في النشاط الاجتماعي، وتقبل الرفاق؛ مما يساعده على ضبط سلوكه بحيث يختار السلوكيات المناسبة في المواقف المختلفة؛ فيحظى بتقدير واحترام الجماعة لآرائه واتجاهاته؛ مما يؤدي إلى تحقيق الصحة النفسية والاجتماعية.(ابراهيم،٢٠٠٤)

ويعرف التوافق النفسي والاجتماعي **إجرائياً** بأنه الدرجة التي يحصل عليها طالب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي من إعداد سهير إبراهيم.

الفصل الثاني

(الخلفية النظرية للدراسة)

أولاً: الإطار النظري

ثانياً: الدراسات السابقة

الفصل الثاني

(الخلفية النظرية للدراسة)

تمهيد:

يتعرض هذا الفصل إلى مفهوم إدمان الإنترنت، والإشكالية بين وجود الإدمان بالفعل أم أنه استخدام مفرط، ثم التعرض إلى أشكال إدمان الإنترنت والأضرار الناجمة عنه، والمعايير أو المحكات التشخيصية لإدمان الإنترنت، والنظريات المفسرة لإدمان الإنترنت، وأخيراً بعض المقترحات لعلاج إدمان الإنترنت.

ثم يتم التعرض للتوافق النفسي - الاجتماعي؛ من حيث يتم مفهوم التوافق لغوياً ومفاهيمياً، والنظريات المفسرة للتوافق، ومظاهر التوافق، وأبعاد التوافق، والعوامل المؤثرة على التوافق، ومعايير قياس التوافق.

أما الجزء الثاني فيختص بالدراسات السابقة ذات العلاقة بمجال الدراسة الحالية؛ سواء أكانت دراسات أجنبية أم عربية اهتمت بموضوع إدمان الإنترنت وتأثيره على أبعاد الشخصية والسلوكيات المختلفة، ويختتم هذا المحور بتعليق عام على الدراسات السابقة، ويختتم الفصل الحالي بفروض الدراسة.

وفيما يلي تفصيلٌ لذلك:

- **أولاً**: **الإطار النظري**

مفهوم إدمان الإنترنت:

بالرغم من عملية النمو والتطور وانتشار شبكة الإنترنت، وفوائدها العديدة؛ فإن هناك أيضاً بعض ردود الفعل السلبية التي يكون لها مردود لهذه العملية، وربما كان أكبر رد فعل سلبي لذلك هو زيادة الحاجة إلى شبكة الإنترنت أو التواجد الأكبر عليها؛ الأمر الذي أظهر مصطلح جديد ربما لم يتم التطرق إليه من قبل وهو مصطلح إدمان الإنترنت.

وكان أول ظهور لمصطلح إدمان الإنترنت واضطراب إدمان الإنترنت عام ١٩٩٥م عندما نشر أونيل O'Neill مقالة بعنوان: سحر وإدمان الحياة على شبكة الإنترنت" والتي نشرت في صحيفة نيويورك تايمز، وتبعه اقتراح إيفان جولدبرج Evan Goldberg عام ١٩٩٥م بأن إدمان الإنترنت هو اضطراب مميز بالفعل.

ولم يحظ هذا المفهوم القبول الفوري من قبل الصحفيين والأكاديميين ومتخصصي الصحة النفسية؛ حتى قدمت عالمة النفس الأمريكية "كيمبرلي يونج" Kimberly Young في السنة التالية نتائج دراستها في الورقة البحثية بعنوان: إدمان الإنترنت: ظهور اضطراب كلينيكي جديد" في الاجتماع السنوي للرابطة النفسية الأمريكية (Young, 1998).

ومنذ ذلك الحين، ظهرت مصطلحات عديدة تؤكد وجود ذلك الإدمان منها: إدمان الإنترنت، والاستخدام المرضي للإنترنت، والاستخدام القهري للإنترنت، واعتمادية الإنترنت، وهوس الإنترنت.

ويعتبر موضوع إدمان الإنترنت من البحوث الجديدة؛ فهي من البحوث التي لم يمض على تاريخها عشر سنوات. وقد ركزت الجهود البحثية بشكل كبير على دراسة مفهوم إدمان الإنترنت والطرائق التشخيصية (Pratarelli *et al*., 1999; Young, 1999; Greene, 1998; Brenner, 1997)؛ بينما كان التركيز أقل على مشكلات استخدام شبكة

الإنترنت لدى ا موعات المعرضة للخطر، وكيف أن هذا السلوك الإدماني يرتبط بسمات الشخصية.

وتشير ماريا دورين (Duran, 2003) أنه لم يتم إجراء إلا القيل من الأبحاث التي تناولت اضطراب إدمان الإنترنت حتى الآن، ولا يزال هناك جدل كبير حول السؤال الذي يتعلق بوجود مثل هذا الاضطراب أم لا.

ويعرف إدمان الإنترنت على أنه اضطراب ضابط قهري لا ينطوي على تعاطي المسكرات، ويشبه في ذلك القمار المرضي (Young, 1998).

ويظهر مدمن الإنترنت بعض الدلائل؛ كالانشغال بالإنترنت (أي الأفكار حول أنشطة الإنترنت السابقة أو المشاركة في جلسات الإنترنت القادمة)، واستخدام الإنترنت بكمية زائدة من الوقت لكي يتحقق الرضا، والاستخدام المتكرر، والجهود غير الناجحة في ضبط هذا الاستخدام والسيطرة عليه أو التوقف عن استخدامه، والمشاعر بعدم الراحة والاكتئاب والتململ أو التهيج نتيجة المحاولة للحد من استخدام الإنترنت، والبقاء فترات طويلة على شبكة الإنترنت أكثر مما هو مستهدف أصلاً، والتعرض لخطر فقدان العلاقات المهمة وفرص العمل أو فرص التعليم نتيجة استخدام الإنترنت، والكذب على أفراد الأسرة والمعالجين أو الآخرين لإخفاء إلى أي مدى يكون انغماسه في أنشطة الإنترنت، واستخدام الإنترنت كأسلوب للهروب من المشكلات أو للتخفيف من المزاج المتعكر، كمشاعر اليأس، والشعور بالذنب، والقلق، والاكتئاب (Young, 1999; 1998).

وتقول "يونج" (Young) أن إدمان الإنترنت يتميز بالبقاء على شبكة الإنترنت فترة تتراوح ما بين ٣٨ ساعة في الأسبوع من أجل المتعة، وبشكل كبير في غرف الدردشة، وخلصت إلى أن إدمان الإنترنت يمكن أن يحطم العلاقات الأسرية، والصداقات، والحياة المهنية.

هل الإفراط في استخدام الإنترنت يعتبر -بالفعل- إدماناً؟

اختلف الباحثون على اعتبار أن الاستخدام المفرط للإنترنت اضطراب يؤدي إلى الإدمان، فهناك فريق يرى أن الإدمان هو المصطلح الصحيح لوصف ما يحدث للناس عندما تنفق الكثير من الوقت على الانترنت، ويؤكدون على أنه من التضليل أن تصف السلوكيات مثل "الإدمان" على أساس مجرد إنفاق الكثير على شبكة الإنترنت، وهناك فريق يرى أن ليس هناك ما يسمى إدمان للإنترنت ولكن هناك ما يسمى الاستخدام المرضي للإنترنت.

وعلى أية حال؛ يمكن اعتبار كل جانب من جوانب الإدمان على أنه عملية معقدة للغاية يحدث خلالها تغيير وظيفة العمليات العصبية التي تكون مسئولة عن ضبط السلوك المرتبط بموضوع الإدمان عن طريق استخدام/استهلاك موضوع الإدمان، وهناك حاجة غير ضابطة تتوجه للسلوك المناسب، ولكنها أيضاً تـ ع إلى مقدار وجود كل الأنواع على الأقل من السلوك.

فالإدمان يركز في الأساس على الزيادة أو الارتفاع الناتج بسبب فرط استخدام العقاقير أو القوى الخارجية الأخرى التي تؤثر على الاستجابة الكيميائية للمخ.

وهناك عدد من الطرق المقبولة لتعريف مصطلح "الإدمان" بأنه: هاجس أو انشغال بالموضوع (مادة أو نشاط) الإدمان، والحاجة أو الرغبة لزيادة استخدام موضوع الإدمان (التحمل)، وفقدان السيطرة أو القدرة على ضبط الاستخدام، والمشكلات في جميع جوانب حياة المستخدم بسبب الاستخدام المتزايد لموضوع الإدمان، والشعور بالأزمة في المواقف التي يكون الاستخدام فيها غير ممكن (الامتناع/الأزمة) (Hinić *et al.*, 2008, p.763).

ويبدو أن الفرق الوحيد الذي يمكن مواجهته في مصطلحات إدمان الإنترنت يرتبط بنقص كمية المادة الضارة على الأشخاص؛ وبسبب هذا فإن الباحثون لا يقبلون تضمين ظاهرة الاستخدام المرضي للإنترنت في اضطرابات الإدمان، ويقترحوا فئة أخرى يمكن استغلالها في تفسير هذه الظاهرة - عادة - اضطرابات الضبط الاندفاعي.

ومن ثم فإن المعايير التشخيصية لظاهرة القمار المرضي يمكن تطبيقها في ظهور الاستخدام المرضي للإنترنت، وقد سببت اقتراحات هذا النوع مواقف مختلفة وانقسام الباحثين حول هذه الظاهرة؛ ولهذا فإن المحاولات في تعريف مصطلح الاستخدام المرضي للإنترنت يقدم في هذا العمل معاً بمجادلات أساسية لتعريف حقيقي واقعي لهذه الناحية من الإدمان (Hinić *et al.*, 2008, p.763).

ومن ناحية أخرى فقد تناما لذهن العديد من العلماء أن الاستخدام المفرط للإنترنت يطلق عليه اضطراب إدمان الإنترنت.

وخطورة ظاهرة الاستخدام المفرط للإنترنت يمكن تصورها في أفضل صورة باقتراح التصنيف الأمريكي الجديد للأمراض العقلية (الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية -- الطبعة الخامسة)، والذي يشكل فئة الاضطراب التشخيصي للسيبر Cyber، والذي يتألف جزء منه الإنترنت، وكذلك كل أشكال إساءة استخدام المنجزات التقنية الحديثة مثل الهواتف المحمولة، وأجهزة الكمبيوتر، وألعاب الفيديو(Nie & Erbring, 2000; Kraut *et al.*, 1998; Griffith, 1996).

ويقول البعض أن الإنترنت إدمان يتحكم في حياة الشخص ويسيطر عليه ويقول البعض الآخر أنه لا يتجاوز درجة الارتفاع أو الإفراط؛ ومع هذا فإن الإنترنت لا يزال يؤثر على الذين يستخدمونه بشكل مفرط ، فلم يعد من المهم أين يكون الشخص، وهل لديه مكان خالي في حقيبته لحمل الكمبيوتر، فقد أصبح من السهل الحصول على الكمبيوتر بصرف النظر على أي مشكلة تواجه الشخص.

وهذا التوافر والإتاحة تفتح الباب للدخول على الإنترنت من أي مكان يحتاج فيه الشخص لخدمات الإنترنت؛ فالإنترنت مثله مثل أي هواية يبدأ مستخدميه في قضاء وقت كبير عليه؛ الأمر الذي قد يؤدى إلى إدمانه (Ghrohol, 2003)، لأن الوقت الذي يقضيه الشخص على الإنترنت بحثاً عن ما يهمه يعد أحد أشكال التوازن بين شيئين متناقضين بل صراعين متناقضين هما الرغبة في شيء ما والخوف من شيء آخر كلاهما يريدهما الشخص

(Hardy, 2004)؛ مما يجعل الإفراط في استخدام الإنترنت أو إدمانه يؤثر على حياة الشخص النفسية والاجتماعية والمهنية والجسمية وغيرها.

وعلى الرغم من أن الدراسات أظهرت كل من التأثيرات الإيجابية والسلبية لاستخدام الإنترنت؛ فإن الأدلة اللاحقة آخذة في الازدياد. فالدراسات التي تتحقق من الاستخدام المشكل للإنترنت تشير إلى مشكلات متنوعة مرتبطة بالاستخدام المفرط للإنترنت، وقد أشار بعض الباحثين إلى مصطلحات مثل إدمان الانترنت ، والإنترنت الباثولوجي أو المرضي (Beard & Wolf, 2001; Belsar *et al.*, 1997; Shaffer *et al.*, 2000; Young, 1998).

وبصرف النظر عن النقاش الدائر حول استخدام مصطلح "إدمان الانترنت"؛ فإن هناك كمية متزايدة من الأدبيات التي تقرر المشكلات المرتبطة بالاستخدام المفرط للإنترنت.

فقد ركزت معظم البحوث على الطلاب الجامعيين، وأولئك الذين يستخدمون الإنترنت بشكل مفرط ومقارنتهم بعامة الناس؛ فقد ركزت دراسة "مورهان مارتن وشوماخر" (Morahan-Martin & Schumacher, 1997) على مشكلات الشعور بالوحدة والاستخدام المفرط للإنترنت لدى طلاب الجامعات. فقد صنفوا المستخدمين إلى ثلاث مجموعات : مجموعة المستخدمين الباثولوجيين بمتوسط ٨،٥ ساعة لاستخدام الإنترنت في الأسبوع، والأشخاص الذين لديهم أعراض محدودة بمتوسط ٣،٢ ساعة في الأسبوع، وأولئك الذين لا تظهر عليهم أية أعراض بمتوسط ٢،٤ ساعة في الأسبوع. وقد سجلت مجموعة المستخدمين الباثولوجيين بين جميع ا موعات مزيد من الشعور بالوحدة إلى حد كبير (كما تقاس بمقياس الوحدة).

وهناك دراسات دعت إلى فوائد الإنترنت والآثار الإيجابية له؛ ففي أحد تقارير استطلاع الرأي قرر عدد من الآباء (٦٨٪)، والطلاب (٦٩٪)، والمعلمين (٦٩٪) إ م شاهدوا شخصياً أن درجات الطلاب قد تحسنت وتقدمت من خلال استخدام الإنترنت. علاوة على ذلك فإن استخدام الإنترنت يؤثر بشكل إيجابي على تعليم الفرد من خلال تعزيز

التواصل مع الأساتذة وزملاء الدراسة ، وسرعة الوصول إلى البحوث ومواد المكتبية، وأن استخدام الانترنت يكون أكثر فائدة في تحسين ساعات الدراسة، وكذلك عادات الدراسة (Suhail & Bargees, 2006).

كما كشفت دراسة "كروت وزملاؤه" (Kraut *et al.*, 1998) عن أن استخدام الإنترنت ليس له علاقة بالمستويات المنخفضة من الرفاهية النفسية.

ويعتقد الباحثون الآخرون مثل "شاو وجانت" (Shaw & Gant, 2002)، و"ويستلاند وآخرون" (Waestlund *et al.*, 2001) أن المشاركة في جلسات الدردشة يقلل الشعور بالوحدة ويزيد من المساندة الاجتماعية المدركة.

والنقاش البحثي الدائر حالياً حول ما إذا كان استخدام الإنترنت يمكن أن يكون نشاطاً ينطوي عليه انعزالية أم لا ، وأن له آثار وسيطة للمهارات الاجتماعية والعاطفية للمستخدمين في الحياة الواقعية (Nie, 2001).

المحكات التشخيصية لإدمان الإنترنت:

ثمة خطوة لتكريس مفهوم إدمان الإنترنت هي وصف الأعراض الأساسية له على ضوء تدارس المعايير تشخيصية. ويمكن سرد هذه المعايير لتقدير وجود ظاهرة إدمان الإنترنت من خلال الرابطة الأمريكية النفسية؛ رغم أنه لم تعتمد أية معايير رسمياً من (DSM-IV) أو التصنيف الإحصائي العالمي للأمراض (ICD) International Statistical Classification of Diseases.

وفي هذا الصدد يرى "فينخل" (Fenichel, 2004) أن أفضل طريقة كلينيكية لاستكشاف الاستخدام القهري للإنترنت هو مقارنته بمحكات الأنواع الأخرى للإدمان.

وقد كانت "يونج" (Young, 1996) أول شخص قام بالربط بين استخدام الإنترنت المفرط بمحكات DSM-IV. (الدليل الأمريكي التشخيصي للأمراض العقلية الطبعة الرابعة)

ووفقاً لما ذكرته "يونج" فإن استخدام الإنترنت المفرط يرتبط أكثر قرباً بالاضطرابات السلوكية الاندفاعية - التحكم والضبط كما حددت في DSM-IV.

ففي دراستها المبكرة قد قامت ببناء اختبار إدمان الإنترنت والذي تألف من ثمانية بنود صيغت بنمط نعم/لا بناء على ثمانية محكات حدد ا لإدمان الإنترنت (وهذه المحكات مقاربة لمحكات المقامرة الباثولوجية (المرضية) الواردة في (DSM-IV).

وفي اختبار إدمان الانترنت المبدئي حددت "يونج" أن المستجيب الذي يجيب بإجابة "نعم" على خمسة بنود أو أكثر (بالاتفاق مع درجة القطع للمقامرة الباثولوجية)؛ هذا المستجيب حدد على أنه معتمد على الإنترنت.

وقد وجدت "يونج" أن ٦٠٪ من أفراد العينة صنفوا على أ م معتمدين على الإنترنت. وهؤلاء المعتمدون على الإنترنت من المحتمل أن يقرروا أكثر المترتبات السلبية لاستخدام الإنترنت، ويستخدمونه للوظائف التفاعلية، ويصروا على استخدامه.

وفي عام (١٩٩٩م) قامت "يونج" ببناء اختبار إدمان الإنترنت المنقح (IAT) واشتمل على البنود الثمانية الأصلية القائمة على محكات DSM-IV بالإضافة إلى ١٢ بنداً جديداً. وبالطبع كانت هناك عدد من المشكلات باستخدام محكات DSM-IV، وقد كانت القضية الأولى لهذا التصنيف هو المقارنات بين الاستخدام المفرط للإنترنت، وبين المقامرات الباثولوجية.

وقام "مورهان مارتين وشوماخر (Morahan-Martin & Schumacher, 2000) بقياس استخدام الإنترنت الباثولوجي Pathological Internet Use (PIU) باستخدام مقياس مكون من ١٣ بنداً صيغ بنمط نعم/لا.

وقد حدد المستجيب على أنه مستخدم إنترنت باثولوجي إذا أجاب بنعم على أربعة بنود على الأقل، وقد تكونت العينة من ٢٧٧ طالباً جامعياً، وقد سجل المقياس تجانساً داخلياً قدره ٠،٨.

وعلى أية حال، فقد قدر "براتاريللي وبراون" (Pratarelli & Browne, 2002) أن هذا النموذج يحتاج إلى الدعم من البحوث التالية.

وهكذا فإن أي سلوك يقوم به الفرد هو سلوك طبيعي إذا كان في حدود المعايير الثقافية والاجتماعية المتعارف عليها وإذا كان متناسباً مع مستوى نموه الجسمي والعقلي، أما إذا تجاوز هذه المعايير وكان متكرراً بدرجة بالغة عندئذ نحكم على هذا السلوك أو التصرف بالشذوذ؛ هكذا الإقبال على الإنترنت إذا اتفق مع معايير السوية يكون أمراً طبيعياً ويساعد على النمو النفسي والعقلي للإنسان، أما إذا تجاوز حدود السواء ، وزاد في شدته وانحرف في نوعيته؛ أصبح إقبال الفرد على الإنترنت سلوكاً مضطرباً وشاذاً وغير سوياً أو ما نطلق عليه إدمان الإنترنت.

ويشير "جكينباخ" (Gackenbach, 1998) إلى أن أي سلوك يتميز بالمحكات الستة التالية، يمكن تعريفه إجرائياً بالإدمان ، وفيما يلي هذه المحكات:

- **<u>البروز Salience</u>**: وهذا يحدث عندما يصبح هذا السلوك أهم الأنشطة وأكثرها قيمة في حياة الفرد، ويسيطر على تفكيره ومشاعره حيث الانشغال البارز والزائد والتحريفات المعرفية واضطراب السلوك الاجتماعي والشعور باللهفة على القيام بهذا النشاط .
- **تغيير المزاج Mood Modification** : ويشير إلى الخبرة الذاتية التي يشعر بها كنتيجة للقيام بهذا السلوك ويمكن رؤيتها كإستراتيجية للمواجهة لكي يتحاشى الآثار المترتبة على افتقادها وقد يصاحبها تحمل أو لا يصاحبها.
- **التحمل Tolerance**: هو العملية التي يزداد بها كمية أو مقدار النشاط أو السلوك المطلوب إنجازه للحصول على نفس الأثر الذي أمكن تحصيله من قبل بمقدار أو كمية أقل؛ فالمقامر قد يضطر تدريجياً لزيادة حجم أو مقدار المقامرة حتى يشعر بالانتعاش الذي كان يحصل عليه أساساً من كمية صغيرة من القمار.

- **الأعراض الانسحابية Withdrawal Symptoms** : هي مشاعر عدم الراحة أو السعادة و/أو الآثار الفسيولوجية التي يمكن أن تحدث عن الانقطاع عن النشاط أو تقليله فجأة (مثل الارتعاش والكآبة وحدة الطبع أو غيرها.
- **الصراع Conflict**: وهى تشير إلى الصراعات التي تدور بين المدمن والمحيطين به كالصراع البين شخصي Interpersonal conflict، والصراعات والتضارب بين هذا النشاط وغيره من الأنشطة الأخرى (كالعمل، والحياة الاجتماعية، والأمنيات، والاهتمامات، والدراسة)، أو الصراع الذي يدور داخل الفرد ذاته وهو الصراع البين نفسي Intra psychic Conflict المتعلق ـذا النشاط.
- **الانتكاس Relapse** : وهو الميل إلى العودة مرة أخرى لأنواع الأنشطة التي كان يدمنها الفرد ويمارسها .

وقدم "جريفيشس" (Griffiths, 1996) قائمة بالمحكات التشخيصية لإدمان الإنترنت؛ حيث يتم تعريف إدمان الإنترنت إجرائياً بأنه شكل من أشكال استخدام الإنترنت الذي يلمح إلى حدوثه فيما لا يقل عن خمسة محكات، في إطار زمني لا يقل عن سنة واحدة، وهذه القائمة هي:

أ- **التحمل**: هناك قدر متزايد من الوقت المنقضي على الإنترنت من أجل تحقيق الشعور الأصلي للسعادة والمتعة وتلبية الحاجات التي تتطلب وقتاً أقل ليتم الوفاء ا في وقت سابق، ويتم الاتصال بالإنترنت لفترات أطول أكثر بكثير مما كان مخططاً له.

ب- **أعراض الانسحاب**: بعد التوقف، أو محاولة تقليل استخدام الإنترنت. وهذه الأعراض تشير إلى: القلق، والشعور الذاتي للقهر، وأفكار الهوس والانشغال بالإنترنت، والانفعالات النفس حركية، والخوف.. الخ، وظهور حركات الأصابع العصبية المشا ة لحركة الأصابع عند الكتابة على لوحة المفاتيح أو النقر على الفأرة.

ج- **الاعتمادية**: عند محاولة تقليل أو وقف استخدام الإنترنت، يصبح المستخدم أكثر عصبية وغضب حتى حينما يتم إزعاجه وهو متصل بشبكة الإنترنت، ومن أجل تجنب هذه المشاعر فإنه يحاول الاتصال بالإنترنت.

د- **الصراع**: ويتجلى صوره في الرغبة المستمرة لتقليل الوقت الذي يقضونه على الإنترنت، ووجود مخاطرة فردية واقعية لفقد العلاقات المهمة، والفرص المهنية والتعليمية؛ والتي تنشأ كنتيجة مترتبة للاستخدام المفرط للإنترنت، وإهمال الأنشطة الاجتماعية والمهنية والأسرية ذات الأهمية أو تقليلها بسبب استخدام الإنترنت.

هـ- **الإدمان** في **عدم الاتصال**: وهو القدر الكبير من الوقت الذي يمضيه الفرد عندما لا يكون متصلاً بالإنترنت، وعندها يتعامل مع الأنشطة المتصلة باستخدام الإنترنت.

و- **يتم استخدام الإنترنت على الرغم من إدراك المشكلات** التي **يسببها الاستخدام المفرط للإنترنت** (الأرق، والمشكلات الزواجية، والمشكلات المهنية، والوصول متأخراً للعمل، والتخلي عن الشعور بالآخرين.. الخ).

ز- **يستخدم الإنترنت كوسيلة للفرار من بعض المشكلات والمشاعر** مثل اليأس، والشعور بالذنب، والقلق، والاكتئاب، والإنترنت يأخذ دور الضاغط الرئيس؛ بجانب زيادة الوقت.

ح- **الإحباط المصاحب بالشعور بالذنب** بسبب إهمال الواجبات أو المشكلات، ويخفي المستخدم الحقيقة عن أفراد أسرته حول الوقت الذي يقضيه على الإنترنت.

أشكال إدمان الإنترنت :

يشمل إدمان الإنترنت مختلف السلوكيات والمشكلات التي تنطوي على عدم القدرة على ضبط الدافع، ويشير "هاردى" (Hardy, 2004) أن أكثر المواقع جذباً لمستخدمي الإنترنت هي غرف الدردشة التي تستحوذ على ٣٥٪ من الوقت الذي يقضيه الناس على

شبكة الإنترنت، يليها الجماعات الأخبارية بنسبة ١٥٪ من الوقت على شبكة الإنترنت، ويليها البحث في شبكة الويب ويستغرق ٧٪ من الوقت، بينما البحث وجمع المعلومات فيستغرق فقط ٢٪ من الوقت المنقضي على الإنترنت .

ويشير "دي أنجليز" (DeAngelis, 2000) إلى شكلين متميزين من إدمان الإنترنت: نوعية (متخصصة)، وعمومية.

فالاستخدام المرضي النوعي للإنترنت يشمل أولئك الناس الذين يعتمدون على الإنترنت لتحقيق وظيفة محددة(مثل المواد و/أو الخدمات الجنسية عبر الإنترنت، ولعب القمار على الانترنت ، والتسوق عبر الإنترنت.. الخ). ويبدو من المعقول افتراض أن هذه الاعتمادات موجودة أيضاً في "العالم الحقيقي"؛ في حالة عدم وجود شبكة الإنترنت أو غيا ا.

أما الاستخدام المرضي العمومي للإنترنت فهو نادر، وينطوي على الاستخدام المفرط للإنترنت متعدد الأبعاد، وغالباً ما يكون دون هدف واضح. ويمكن ربط الاستخدام المرضي العمومي للإنترنت بالتفاعل الاجتماعي (مثل: الدردشة، والبريد الإلكتروني ، والمنتديات)، وإدمان الكمبيوتر العام، ولكن من الأرجح أن أولئك الناس يشكلون أنواع الإدمان لمحتوى معين أو نشاط معين على الانترنت، وليس على شبكة الإنترنت نفسها.

وعلى أية حال؛ ليس هناك إجماع واضح على العدد الدقيق الذي يفترض الأشكال الفرعية لإدمان الإنترنت، بيد أن "هينيك وآخرون" (Hinić *et al.*, 2008) يقترح عدة أشكال لإدمان الإنترنت كما يلي:

أ - إدمان الجنس على السيبر Cyber-Relational Addiction:

يشمل هذا الشكل من أشكال إدمان الإنترنت التحميل القهري للمواد الإباحية، ومشاهدة أو الاتجار في المحتويات الإباحية على الإنترنت بما في ذلك جميع أشكال التفاعل مع المحتويات الجنسية في أساسها (غرف الدردشة، والخطوط الساخنة على الإنترنت)؛ فمع

السرعة الملحوظة في شبكة الإنترنت؛ فإن الأفراد الذين كانوا لديهم إدمان للجنس لم يعودوا إلى الذهاب لنوادي التعري أو استئجار أفلام الفيديو الإباحية؛ ولكن أصبحوا مدمنون لتحميل المواد الإباحية من على شبكة الإنترنت، أو التحدث مع الغرباء في غرف الدردشة التي تدعو إلى الاتصال الجنسي الصريح.

وبسبب عدم الكشف عن الهوية في شبكة الإنترنت؛ فقد يمكن للمستخدمين أن يخفوا أعمارهم، وأوضاعهم العائلية، ونوعهم، وعرقيتهم، ومهنتهم، أو حتى مظهرهم. ويمكن لامرأة سمراء قصيرة وبدينة أن تقول أ ا فتاة شقراء طويلة القامة ورشيقة، أو أن يقول رجل بدين ويعاني من السمنة المفرطة أنه رجل رياضي ممشوق القوام، أو أن يزعم رجل متزوج أنه أعزب. ويستخدم المدمنون هذه الميزة للتجربة والبدء بشكل سري لسبر أغوار الأشياء على الإنترنت والتي لم تكن متاحة في الحياة الحقيقية أو الواقعية.

وحينما ينشغل المستخدمون في غرف الدردشة أو تحميل المواد الإباحية؛ فإ م غالباً ما يحافظون على سرية ذلك سواء في م لهم، أو مكتبهم، ويدركون أن استخدامهم للإنترنت هو في حد ذاته استخدام شخصي، ويستخدمون ميزة عدم الكشف عن الهوية في الإنترنت لاستكشاف التخيلات الجنسية الخفية أو قمعها.

وكلما تصاعد سلوكهم، كلما نما الإدمان، ويبدأ المستخدمون في الشعور بالانشغال باستخدام الإنترنت من أجل تحقيق الأغراض الجنسية، وقد يمارسون العادة السرية من خلال الكمبيوتر حينما يشاهدون الأفلام الإباحية، ويزورون غرف الدردشة ذات الطابع الجنسي.

وقد يذهب المدمنون إلى حد كبير إلى إخفاء سلوكيا م على الإنترنت، وغالباً ما يشعرون بالذنب أو الخجل بسبب السرية التي قد تسبب الأذى لشركائهم في الحياة الواقعية.

وتقترح التقديرات أن هناك فرد لكل خمسة أفراد من مدمني الإنترنت يشاركون في شكل ما أو بآخر في الأنشطة المرتبطة بالجنس على الإنترنت (بشكل أساسي مشاهدة الأفلام الإباحية و/أو المشاركة في سيبر الجنس).

وقد أظهرت الدراسات أن الرجال أكثر عرضة لمشاهدة الأفلام الإباحية؛ بينما يكون الإناث أكثر عرضة للمشاركة في غرف الدردشة المثيرة. والأشخاص الذين يعانون من انخفاض في تقدير الذات، وتشويه صورة الجسم، أو يعالجون من العجز الجنسي، أو من الإدمان الجنس السابق هم أولئك أكثر عرضة للجوء إلى تطوير الإدمان للجنس/الأفلام الإباحية على الإنترنت. وعلى وجه الخصوص فإن المدمنين الجنسيين غالباً ما يلجئوا إلى الإنترنت كمنفذ جنسي جديد وآمن للوفاء بغوايتهم القهرية الكامنة.(Hinic et al.2008)

فقد وجدت "يونج" (Young, 1996) أن هناك مشكلات علاقية خطيرة قررها ٥٣٪ لـ ٣٩٦ من دراسات الحالة على مدمني الإنترنت الذين تم مقابلتهم، وهذه المشكلات تعلقت بالزواج، والعلاقات العاطفية الحميمة بسبب التواجد على الإنترنت في الغرف الإباحية.

كما "يونج وآخرون" (Young, 2000) أن إدمان الجنس على السيبر قد زاد بشكل كبير من مخاطر الزنا الافتراضي.

وفي العمل، أصبحت الإنتاجية التنظيمية تسبب صداعاً للعديد من المسئولين في الموارد البشرية ورؤساء الشركات بسبب زيادة سوء استخدام الموظفين لتطبيقات الإنترنت في أنشطة غير منتجة مثل إرسال واستقبال الرسائل الإلكترونية الشخصية، وتصفح المواقع على الإنترنت، والانخراط في السيبر الجنسي، واللعب على الإنترنت، والدردشة، والمزايدات، والتسوق عبر الإنترنت (Case & Young, 2002).

وقدمت "يونج" اختباراً لتحديد مدمني الجنس عبر الإنترنت من خلال الإجابة عن الأسئلة التالية بـ "نعم"، أو "لا" كما يلي:

- هل تقضي بشكل روتيني بعض الوقت في ممارسة الجنس عبر غرف الدردشة والرسائل الفورية ؟
- هل تشعر بالانشغال لاستخدام الجنس عبر الإنترنت؟

- هل استخدمت في كثير الأحيان الاتصالات ا هولة لتنخرط في التخيلات الجنسية التي لا تجرى عادة في الحياة الحقيقية؟
- هل تتوقع أن تجد المتعة أو الشهوة الجنسية في الجلسة القادمة لك على الإنترنت؟
- هل حدث لك أن انتقلت من الجنس عبر الإنترنت إلى الجنس عبر الهاتف أو حتى من خلال المقابلات في الحياة الواقعية؟
- هل تخفي اتصالاتك الخاصة بالإنترنت عن الأشخاص المهمين بالنسبة لك؟
- هل تشعر بالذنب أو الخجل من استخدامك للإنترنت؟
- هل أصبحت فجأة مستثاراً بالدخول على المواقع الجنسية لأول مرة، ووجدت نفسك تبحث عن هذه المواقع مرة أخرى؟
- هل حدث لك أن مارست العادة السرية عند دخولك على المواقع الجنسية أو رأيت أحد الأفلام الإباحية على الإنترنت؟
- هل شعرت بانخفاض ميلك بزوجتك/زوجك في الحياة الواقعية وأصبحت تفضل فقط الجنس على السيبر كشكل أساسي للإشباع الجنسي؟

ب - إدمان العلاقات على السيبر Cyber-Relational Addiction:

قد يعزو بعض الأشخاص انقطاع العلاقات الواقعية الحقيقية لبعض الأسباب بشكل قهري، أو يستمرون في البدء بإحلال العلاقات الواقعية بالعلاقات الافتراضية سواء أكان ذلك في غرف الدردشة، والمنتديات، أو ا تمعات على الشبكة، أو البريد الإلكتروني.

والملاحظة المهمة هي أن تلك العلاقات مع الأسرة والأصدقاء في العالم الواقعي لا تشتمل في هذه ا موعة؛ لذا فإن العلاقات لا تدرك في الاتصال الجسدي المباشر، أو الاتصال المباشرة؛ وبالتالي تصبح شبكة الإنترنت هي الوحيدة على الأقل التي تختص بوسائل التواصل.

وقد اقترحت الدراسات كل من: "جريفثيس" (Griffiths, 1997)، و"كروت وآخرون" (Kraut, *et al.*, 1998)، و"يونج وآخرون" (Young, *et al.*, 1999) أن

المستخدمون المعتمدون على الكمبيوتر أو الإنترنت يقضون أوقاتاً أقل مع الناس الحقيقيين في حيا م في مقابل الوقت الذي يقضونه أمام شاشات الكمبيوتر.

كما أظهرت الدراسات التي أجريت على طلاب الكلية كدراستي "دايفيز وآخرون" (Davis, *et al.*, 1999)، و"شيرر" (Scherer, 1997)؛ أن الطلاب الذين أظهروا سلوكاً إدمانياً للإنترنت قرروا أن لديهم مشكلات في إدارة مسئوليا م الاجتماعية، والأكاديمية، والمهنية، ويعزا ذلك إلى الإفراط في استخدام الإنترنت.

ج - القمار على الإنترنت Online Gambling:

ظهرت كازينوهات الإنترنت حتى أ ا باتت خلال ليلة وضحاها تدير أعمال تجارية بعدة ملايين من الدولارات، وجذبت عدد كبير من المقامرين في جميع أنحاء العالم.

واستمر لعب القمار القهري لعدة عقود من الزمن، ولكن الآن وبسبب الوصول والفرص المتاحة فإنه مع اختراع المقامرة عبر الإنترنت قد جلب شكلاً من أشكال السلوك الإدماني.

والانتشار السريع للقمار على الإنترنت سببه أن أي شخص يحتاج إلى جهاز كمبيوتر متصل بالإنترنت يمكنه الاتصال بآلاف الكازينوهات على شبكة الإنترنت على مدار الأربع وعشرين ساعة وخلال أيام الأسبوع، وتوفر الكازينوهات على الإنترنت محاكة مغرية مماثلة للكازينوهات التقليدية؛ مما جذب الملايين من المستخدمين الجدد كل عام.

وبمعدل ينذر بالخطر؛ فإن الناس الذين بدءوا في التعافي من إدمان القمار قد انتكسوا مرة أخرى بسبب توافر الكازينوهات الافتراضية؛ كما أ م يستخدمون الإنترنت كوسيلة أخرى لإرضاء إدما م.

وهذه الإتاحة تشجع أيضاً على وجود جيل جديد من مدمني الإنترنت من المراهقين وطلاب الجامعة؛ فالشباب المراهق يمكنهم الدخول بحرية إلى مثل هذه المواقع التي لا تتطلب تأكيد على السن أو الهوية.

وقد خلق هذا ضجة بين الجامعات التي اكتشفت الطلاب الذين يستخدمون الإنترنت من أجل المقامرة وكذلك خلق قلق بين الآباء الذين اكتشفوا اتصال أطفالهم الصغار بالكازينوهات الافتراضية.

ويظهر المقامرون على الإنترنت حاجة متزايدة للمقامرة أكثر للحصول على المزيد من المال، ويميلون إلى التقليل من خسائرهم والمبالغة في مكاسبهم المحتملة، وهؤلاء يجدون أنفسهم محاصرون بالإثارة التي تدفعهم إلى تجربة القمار، وعدم الكشف عن هويتهم وخصوصيته يجعل من المقامرة على الإنترنت أكثر جاذبية بالنسبة لهم..(Hinic et al.2008)

وقد وضعت "يونج" قائمة كاملة لأعراض القمار على الإنترنت من خلال الإجابة عن العبارات التالية بـ "نعم"، أو "لا":

- هل تحتاج إلى المقامرة مع كميات متزايدة من المال لكي تحقق الإثارة المنشودة؟
- هل تنشغل بالمقامرة (التفكير في الرهان القادم، ومشاركتك في الجلسة التالية على الإنترنت)؟
- هل كذبت على أصدقائك أو أفراد أسرتك من أجل إخفاء مدى القمار الذي تمارسه على الإنترنت؟
- هل تشعر بالقلق وتعكر المزاج عند محاولتك خفض أو وقف القمار على الإنترنت؟
- هل سبق لك أم بذلك جهوداً متكررة باءت بالفشل للسيطرة على خفض أو وقف القمار على الإنترنت؟
- هل تستخدم القمار كوسيلة للهروب من المشكلات أو التخفيف من مشاعر العجز والشعور بالذنب، والقلق أو الاكتئاب؟
- هل سبق لك أن فقدت الكثير من العلاقات، وفرص العمل، أو فرص التعليم بسبب لعبك القمار على الإنترنت؟
- هل ارتكبت أعمالاً غير قانونية مثل التزوير والاحتيال، والسرقة، أو الاختلاس لتمويل الأنشطة عبر الإنترنت؟

د - التسوق القهري عبر الإنترنت Compulsive online shopping:

الحاجة الملحوظة لبعض مدمني الإنترنت هي التسوق عبر الإنترنت؛ فهناك مدى من قسائم الشراء أو المنتجات والخدمات في معظم الأحيان واسعة جداً ولا يمكن ربطها بنشاط معين للمستخدم.

هـ - العبء (الحمل) المعلوماتي Information Overload:

ويشمل التصفح المكثف في البحث عن المعلومات، والبحث في قواعد البيانات على الانترنت بهدف جمع المعلومات ومعالجتها في وقت لاحق.

والدافع الرئيس وراء ذلك هو دافع حب الاستطلاع، ولكن هناك أيضاً العديد من أنواع الاهتمامات المهنية وغير المهنية (الهوايات) والقيم.

وفي هذا الصدد اقترحت "يونج" أن الحرية والوصول للإنترنت غير المحدود، والأوقات غير المنظمة، والتحرر من الرقابة الوالدية، وعدم وجود الرقابة على الإنترنت، والتشجيع الكامل من أعضاء هيئة التدريس والمدراء وتدريب المراهقين على أنشطة مشابهة، والرغبة في الهروب من الضغوط، والتخويف الاجتماعي والاغتراب تعد هي أكثر العوامل التي أدت إلى إدمان الإنترنت (Young, 2003).

و - اللعب على الإنترنت Net Gaming:

يعد إدمان اللعب على الإنترنت بمثابة إدمان على ألعاب ألعاب الـ "أون لاين Online" (سواء على أجهزة الكمبيوتر، أو البلاي ستيشن، والأنواع المتنوعة للألعاب التخيلية،.. الخ)، وهذه الألعاب تجذب انتباه الأشخاص بسبب التشويق والإثارة في محتوياتها الحية.

بيد أ ا يمكن أن تثير الكثير من المشكلات المعقدة؛ فهي تشبه سمات غرف الدردشة التي تفقد الجانب الاجتماعي في الحياة الواقعية؛ فضلاً عن أن طبيعتها التنافسية ضد اللاعبين الآخرين أو التعاون مع اللاعبين الآخرين يصعب معها أخذ استراحة.

ولقد تزايد قلق الآباء والأمهات في جميع أنحاء العالم من إدمان أبنائهم وبنا م للعب على الإنترنت. وإذا كانوا يؤكدون على وجود مشكلة فإن المستشارين الذين ليس لديهم ألفة بإدمان اللعب على الإنترنت لا يفهمون كيف يمكن أن تكون هذه الألعاب مغرية.

وقد أوضحت إحدى الأمهات أ ا تتحدث مع المستشار التوجيهي لابنها، والأخصائي النفسي بالمدرسة، وكذلك مع مركزين لإعادة تأهيل المدمنين، وقد أجمعوا على قول واحد وهو: لم نسمع من قبل عن شخص ما مدمن اللعب على الإنترنت، وكلهم أخبروني بأن أحاول أن أضع حد للعب ابني على الإنترنت، وهم لا يفهمون أنني لا أستطيع ذلك؛ فابني فقد الاتصال بالواقع، وفقد اهتمامه بكل شيء، ولا يريد أن يأكل، أو ينام، أو الذهاب للمدرسة، والشيء الوحيد الذي يفهمه هو اللعب فقط.

وغالباً ما يشعر الآباء والأمهات وحدهم بالخوف على أبنائهم الذين أصبحوا مدمنين لشيء ما لا يفهمه الآخرون؛ فقد شرحت أم أخرى مشكلتها بقولها: أخبرني مستشار ابني أن أغلق جهاز الكمبيوتر. وهذا ليس بالسهل مطلقاً، ونحن نشعر بأنه لا يوجد شخص ما يأخذ الأمر محمل الجد وأن أبنائنا لديهم مشكلات واقعية.

ومن الدلائل التي تشير إلى وجود إدمان للعب على الإنترنت؛ أن اللاعبون يظهرون علامات واضحة للإدمان. فمثل المخدرات؛ فإن اللاعبون يلعبون كل يوم تقريباً، ويلعبون لفترات طويلة من الزمن (أكثر من ٤ ساعات)، ويحدث لهم عدم الراحة وتعكر المزاج إذا لم يتمكنوا من اللعب، ويضحون بالأنشطة الاجتماعية الأخرى ـرد أ م يلعبون على الإنترنت.

وعلى الرغم من أن الألعاب هي في أغلب الأحيان مرتبطة مع ا تمعات الأصغر سناً ، فإنه في السنوات الأخيرة بدأ يختفي حد العمر.

ز - إدمـان تكنولوجيـا الكمبيـوتر والمعلومـات Computer and information technology addiction:

هذا الشكل الأكثر قابلية للنقاش؛ كونه أدوات عامة ولا ترتبط بشكل صارم باستخدام الإنترنت، إلا أ ا تتضمن شبكة الإنترنت.

ويضم هذا الشكل جميع الحاجات القهرية المرتبطة بالتكنولوجيات الجديدة، من أجهزة الكمبيوتر إلى الهواتف المحمولة.

أضرار إدمان الإنترنت:

يلحق بمدمني الإنترنت عدة أضرار وآثار سلبية يمكن تلخيصها فيما يلي:

أ- **أضرار صحية جسدية:** كاضطراب النوم، والاضطرابات الغذائية، وأمراض العيون، والخمول، والسمنة وترهل الجسد؛ الأمر الذي يؤدي لمضاعفات جمة منها أمراض القلب والدماغ، والصداع المستمر (Chou &Tyan,1999; Young, *et al.*, 1999; Brenner, 1997)

ب- **أضرار صحية نفسية:** وجد أن إدمان الكمبيوتر والانترنت يسبب نوبات من الاكتئاب الحاد، ويزيد من عزلة الشخص، وتفاقم مشاكل الشخص العائلية والمادية والمهنية؛ مما يسبب في تفاقم حالته النفسية (Sanders, *et al.*, 2000; Young *et al.*, 1999; Lavin *et al.*,1999; Young & Rogers,1998; Brenner,1997).

ج- **أضرار أسرية:** تتأثر العلاقات العائلية والعاطفية بالإنترنت حيث يقل الوقت الذي يقضيه المدمن مع أسرته وأقربائه، وتقل الثقة بين الزوجين (Chou & Tyan, 1999; Young, *et al.* ,1999; Lavin *et al.*,1999; Brenner,1997)

د- **أضرار اجتماعية:** العزلة والوحدة هي واحدة من خصائص مدمن الكمبيوتر؛ فالوقت الطويل الذي يقضيه أمام الكمبيوتر يقلل من نشاطه الاجتماعي؛ هذا

يؤثر بالتأكيد على علاقاته الاجتماعية كثيرا وقد يجعله يخسر تماماً بعضاً من علاقاته (Chou & Tyan,1999; Lavin, *et al* ., 1999; Brenner, 1997).

هـ- **أضرار مهنية:** حيث لا يستطيع الموظف أن يقوم بعمله على الوجه المطلوب بسبب ما يلتهمه الانترنت من وقت وصحة (Young, *et al.*, 1999; Brenner, 1997).

و- **أضرار دراسية وأكاديمية:** وجد أن إدمان الانترنت كان السبب في رسوب أو طرد طلاب كانوا من المتفوقين في المدارس والكليات (Brenner, 1997).

ز- **أضرار أخلاقية وتربوية:** تتداخل الأسباب الأخلاقية لإدمان الانترنت مع النتائج؛ فكلاهما قد يكون السبب في نشوء الآخر وفي الاستمرارية وفي النتائج أيضاً.

ح- **أضرار مادية:** سواء نتيجة الصرف بكثرة على شراء الأجهزة أو فواتير الاشتراك في اشتراكات شركات الاتصالات أو نتيجة الاشتراك في المواقع للحصول على مواد مرئية أو مسموعة (Chou & Hsiao, 2000).

الاتجاهات النظرية المفسرة لإدمان الإنترنت:

هناك تفسيرات مختلفة للعوامل المسئولة عن إدمان الإنترنت، ومن هذه التفسيرات ما يلي:

أ- الاتجاه السلوكي:

يعتمد الاتجاه السلوكي بشكل كبير على الاشتراط الإجرائي وقانون الأثر؛ الذي يذكر أن تشكيل السلوك الذي يجلب المكافأة يتم تعزيزه؛ ومن ثم يصبح سلوك نموذجي لكل فرد نتيجة للإشباع النفسي الناجم عن هذه الأنشطة.

والمكافآت التي توفرها الإنترنت مختلفة، فهي تتراوح ما بين الأشكال المختلفة للمرح إلى المعلومات العديدة (Hinić, *el al.*, 2008)؛ فعلى سبيل المثال بالنسبة للشخص الذي يشعر بالخجل من مقابلة أناس جدد وأقاربه فإنه يجد الإنترنت يمثل له خبرة السرور والرضا

والارتياح دون الحاجة للتفاعل المباشر وجهاً لوجه ، ومن ثم فهي خبرة معززة في حد ذا ا .
(Duran, 2003)

هذا بالإضافة إلى الافتراضية، ولاستخدام كلمة مرور وبريد إلكتروني وهمي مستعار وغير حقيقي يتمكن الفرد من قول أو فعل ما يريده ويسمح له بالإفصاح عن رغباته وحاجاته وهواياته وشخصيته المختفية الدفينة؛ وبذلك يتدعم هذا السلوك ويتعزز بإشباع الحاجة للحب وللاهتمام وللتقدير وللارتياح الذي لا يتحقق في الحياة الحقيقية.

ومن ثم وفقاً للاتجاه السلوكي فإن الممارسة والتكرار هي التي أوجدت إدمان الإنترنت، وهكذا فإن أي فرد يصبح عرضة لإدمان الإنترنت في أي عمر وفى أي وقت وأياً كانت الطبقة الاجتماعية أو الثقافية للفرد. فوفقاً للاتجاه السلوكي ليس فقط مجرد وجود الدافع أو الهدف في حد ذاته، ولكن أيضاً لابد من ممارسة هذا السلوك لمرات عديدة، ثم يتم تدعيمه وتعزيزه بالشعور الداخلي الذي يتحقق للفرد بعد دخوله على الإنترنت في كل مرة. والأدهى من ذلك أن هذا الشعور لا يتغير في نوعه ولكنه يتغير في شدته ويصبح أشد وأشد مما يوقع الفرد في العديد من الاضطرابات السلوكية والنفسية والانفعالية (أرنوط، ٢٠٠٧م).

ب- الاتجاه المعرفي:

يقترح الاتجاه المعرفي أن المعارف سيئة التكيف كافية للتسبب في ظهور مجموعة من الأعراض المرتبطة ذا الاضطراب أو إدمان الإنترنت (Davis, 2001)؛ فالتشوهات المعرفية حول الذات تشمل الشك الذاتي، وانخفاض كفاءة الذات، وتقدير الذات السلبي، مثل: "لا أشعر بالاحترام حينما لا أكون على الإنترنت، ولكن عندما أكون على الإنترنت فإنني افتخر بنفسي"، و"الإنترنت هو المكان الوحيد الذي أشعر فيه بالاحترام".

هذه التشوهات المعرفية التي يدركها الأفراد والذين يعانون من مشكلات نفسية مختلفة يحملون إدراكات سلبية عن ذوا م وعن شخصيتهم؛ يجعلهم يفضلون الاندماج والتفاعل في الأنشطة المختلفة التي يقدمها الانترنت لأنه يعد أقل ديداً من التفاعل المباشر.

ج- الاتجاه السيكودينامي:

يركز الاتجاه السيكودينامي على خبرات الشخص، وتعتمد تلك الخبرات على الأحداث التي مر ا الطفل في مرحلة الطفولة وأثرت عليه وعلى سماته الشخصية؛ ومن ثم يصبح عرضة لإدمان الإنترنت أو لأي إدمان آخر نتيجة هذه الاستعدادات والظروف الحياتية الضاغطة ؛ وعليه فإننا نجد أن هذا الاتجاه يهتم بالشخص وبالنشاط أو السلوك الذي يمارسه بالإضافة إلى أساس إدمانه (Stern,1997).

ويرى "ديوران" (Duran, 2003) أن مجهولية التعاملات الإلكترونية أو التعاملات غير معروفة الاسم مع الآخرين؛ تعد عامل يبرز إدمان الإنترنت ويقدم محيط افتراضي ويغرس التهرب الذاتي من الصعوبات الانفعالية أو المواقف المشكلة والصعوبات الشخصية؛ وحينئذ يستخدم ميكانيزم "الهروب" أو أنه يخفف أوقات التوتر والضغوط النفسية ويعزز هذا السلوك في المستقبل، وتوضح الحالات الحديثة أن مثل هذه التعاملات ا هولة تستخدم لتشجيع الانحراف والغش والخداع والإجرام مثل نمو عدوان الإنترنت أو تحميل صور غير مقبولة قانونياً.

وهكذا يمكن القول أن الاتجاه السيكودينامى يرى أن إدمان الإنترنت بمثابة استجابة هروبية من الإحباطات، وللرغبة في الحصول على لذة بديلة مباشرة لتحقيق الإشباع وأيضاً للرغبة في النسيان، وكذلك فإن الإفراط في استخدام ميكانيزم الإنكار هو أيضاً منبئ ومؤشر على إدمان هذا الفرد للإنترنت .

د- الاتجاه الاجتماعي الثقافي:

يؤكد الاتجاه الاجتماعي الثقافي على الجوانب الاجتماعية لاستخدام الإنترنت؛ فالناس يستخدمون الإنترنت في المقام الأول من أجل التفاعل الاجتماعي، والحاجة إلى التنشئة الاجتماعية، ويبحثون عن الأشخاص المشا ين لهم ليتواصلوا معهم كلما أرادوا ذلك.

وينظر هذا الاتجاه إلى المدمنين بناء على تباين واختلاف الجنس والمستوى الاقتصادي الاجتماعي والعمر، فمثلاً وجد الأفراد ذوي المستويات الاقتصادية الاجتماعية المتوسطة أكثر

تعاطياً للكحوليات من الطبقات الأخرى، وأن معظم مدمني الإنترنت من المتزوجين وذوي العلاقات (Tsai & Lin, 2001).

ويرى أنصار الاتجاه الثقافي الاجتماعي أنه لا يمكن فهم أي اضطراب نفسي إلا عندما ينظر إليه في إطار البيئة الثقافية، وقد تمسكوا بحقيقة أن انتشار العديد من الاضطرابات النفسية تختلف وفقاً للعمر وللطبقة الاجتماعية والخلفية الثقافية؛ وعلى ذلك يرون أن السبب الرئيسي للسلوك اللاسوي ليس بمصطلحات النفس الإنسانية ولكن بمصطلحات ا تمع .

وطبقاً لهذا الاتجاه فإن ا تمع هو السبب في السلوك اللاسوى؛ فالذي يموج في ا تمعات اليوم من اضطرابات يجبر أفرادها على الانغماس في السلوك الشاذ والغريب للتكيف مع معايير وعادات هذا ا تمع التي تختلف من مجتمع لآخر ومن ثقافة لأخرى.

كما يرى أصحاب الاتجاه الثقافي الاجتماعي أنه لابد من أن نفحص وندرس المحيط الاجتماعي إذا أردنا أن نفهم السلوك اللاسوى لدى الأفراد؛ ولذلك ركزت تفسيرا م على البناء الأسرى والتفاعل الأسرى والتواصل والضغوط الاجتماعية والطبقات الاجتماعية.

٥- الاتجاه الطبي:

يفترض هذا الاتجاه أن هناك أنواع من الشخصية الإدمانية تسببها تغييرات في العوامل الوراثية والخلقية معينة، وتؤدي إلى اختلالات في النواقل العصبية والهرمونية، وتحدث هذه التغييرات في أغلب الأحيان في حالات الاضطراب العاطفي، والتي بحكم طبيعتها تنشط النظام الكيميائي العصبي للشخص؛ فعلى سبيل المثال أظهرت بعض الدراسات أن اللعب على الانترنت يؤدي إلى إطلاق الدوبامين في الأنوية العصبية.

وأشارت دراسة "سولر" (Suler,1999) أن هناك بعض العقاقير التي تؤدي إلى زيادة واستثارة النشاط لدى الفرد؛ مما يؤدى به إلى الاستمتاع بالجلوس على شبكة الانترنت لفترة زمنية طويلة.

بعض المقترحات لعلاج إدمان الإنترنت:

على الرغم من أن إدمان الإنترنت لم تعتمد له أية معايير رسمياً من (DSM-IV) أو التصنيف الإحصائي العالمي للأمراض (ICD)؛ فإن العديد من العاملين في مجال الصحة النفسية يؤكدون على ضرورة النظر إليه على أنه اضطراب حقيقي. ومع ذلك؛ فإن الاستخدام القهري للإنترنت يعد مشكلة خطيرة لكثير من الناس؛ لذا فإن هناك بعض التقنيات أو المقترحات المفيدة للتخفيف من حدة هذه الاضطراب يمكن إبرازها فيما يلي:

١ - أنموذج "جرول" (Grohol, 2003) لعلاج إدمان الإنترنت:

يقدم "جرول" أنموذجاً يرى أن تفسير سبب استخدام الإنترنت بإفراط هو فكرة مقنعة جداً، وقام باقتراح أنموذج يوضح خطوات علاج إدمان الإنترنت ينبغي على الشخص المدمن أن يسلكها؛ وذلك وفقاً لثلاث مراحل هي:

أ- **مرحلة الاستحواذ أو الافتنان** The Stage of Enchantment or Obsession Stage: وفي وهذه المرحلة تحدث عندما يكون الشخص وافد جديد ومجرب جديد للإنترنت أو مستخدم لنشاط جديد.

ب- **مرحلة التحرر من الوهم** Disillusionment Stage: وفى هذه المرحلة يقل اهتمام الشخص بالنشاط على الإنترنت ويتحقق هذا بشكل كامل في المرحلة الثالثة .

ج- **مرحلة التوازن** Balance Stage: وهى ترمز إلى الاستخدام الطبيعي للإنترنت ويتحقق هذا عندما يجد الشخص نشاط جديد مثير للاهتمام.

٢ـ اقترحت عدة استراتيجيات للعلاج اشتقت من المدرسة الشائعة والمعروفة باسم العلاج المعرفي- السلوكي Cognitive- Behavioral Therapy، وتعد هذه الاستراتيجيات عملية جداً، وتركز مباشرة على الحد من عدم السيطرة على سلوكيات المدمن، ومنع الانتكاس، ولكنها ليست سوى نماذج صالحة للعلاج فحسب، ومن هذه الاستراتيجيات ما يلي (Bursten & Dombeck, 2010; Orzack & Orzack, 1999; Stern, 1999; 1997; Young, 1996):

أ - ممارسة العكس Practice the Opposite:

ويتطلب تحديد نمط استخدام الفرد للإنترنت، ثم محاولة كسر هذا الروتين أو العادة عن طريق تقديم أنشطة محايدة ومعتدلة، وكذلك عمل جدول مخفض وإعادة تنظيم وقت الاستعمال الزائد على الانترنت؛ فإذا اعتاد المدمن استخدام الإنترنت طيلة أيام الأسبوع فإنه يطلب منه الانتظار حتى يستخدمه في يوم الإجازة الأسبوعية، وإذا كان يفتح البريد الإلكتروني أول شيء حين يستيقظ من النوم فإنه يطلب منه أن ينتظر حتى يفطر، ويشاهد أخبار الصباح، وإذا كان المدمن يستخدم الكمبيوتر في حجرة النوم فإنه يطلب منه أن يضعه في حجرة المعيشة... وهكذا.

ب - تحديد وقت الاستخدام:

فمن المفيد جداً وضع مخطط مسبق لجميع أيام الأسبوع، بحيث يحدد بوضوح كم عدد الساعات المخصصة لاستخدام الإنترنت؛ فقد يطلب من المدمن تقليل وتنظيم ساعات استخدامه بحيث إذا كان –مثلاً- يدخل على الإنترنت لمدة ٤٠ ساعة أسبوعيا يطلب منه التقليل إلى ٢٠ ساعة أسبوعيا، وتنظيم تلك الساعات بتوزيعها على أيام الأسبوع في ساعات محددة من اليوم بحيث لا يتعدى الجدول المحدد.

ج - بطاقات التذكرة Reminder Cards:

ينصح المدمن بإعداد بطاقات يكتب عليها خمسا من أهم المشاكل الناجمة عن إسرافه في استخدام الإنترنت كإهماله لأسرته وتقصيره في أداء عمله مثلاً ويكتب عليها أيضا خمسا من الفوائد التي ستنتج عن إقلاعه عن إدمانه مثل إصلاحه لمشاكله الأسرية وزيادة اهتمامه بعمله، ويضع المريض تلك البطاقات في جيبه أو حقيبته حيثما يذهب بحيث إذا وجد نفسه مندمجا في استخدام الإنترنت يخرج البطاقات ليذكّر نفسه بالمشاكل الناجمة عن ذلك الاندماج.

د - استخدام ساعات التوقف Stop Watches:

حيث يطلب من المدمن ضبط منبه قبل بداية دخوله الإنترنت بحيث ينوي الدخول على الإنترنت ساعة واحدة قبل نزوله للعمل مثلاً؛ حتى لا يندمج في الإنترنت بالدرجة التي يتناسى فيها موعد نزوله للعمل.

ﻫ - تكوين قائمة شخصية Personal Inventory:

عادةً ما يهمل مدمنو الإنترنت جوانب كثيرة من حيا م نظراً لقضاء أوقات طويلة على الإنترنت، فوضع قائمة ذه الأنشطة والاهتمامات المهملة يساعد على إحيائها مرة أخرى. فمثلاً يمكن أن يطلب من المدمن أن يفكر في الأنشطة التي كان يقوم ا قبل إدمانه للإنترنت؛ ليعرف ماذا خسر بإدمانه مثل: قراءة القرآن، والرياضة، وقضاء الوقت بالنادي مع الأسرة، والقيام بزيارات اجتماعية وهكذا.. نطلب من المريض أن يعاود مارسة تلك الأنشطة لعله يتذكر طعم الحياة الحقيقية وحلاو ا.

و - الامتناع التام:

كما أسلفنا فإن إدمان بعض الأشخاص يتعلق بمجال محدد من مجالات استخدام الإنترنت؛ فإذا كان الشخص مدمنا لغرف الدردشة فإنه يطلب منه الامتناع عن تلك الوسيلة امتناعا تاما في حين نترك له حرية استخدام الوسائل الأخرى الموجودة على الإنترنت.

ز - الانضمام إلى مجموعات المساندة:

حيث يطلب من المدمن زيادة رقعة حياته الاجتماعية الحقيقية بالانضمام إلى فريق الكرة بالنادي مثلاً أو إلى درس لتعليم الخياطة أو الذهاب إلى دروس المسجد؛ ليكون حوله مجموعة من الأصدقاء الحقيقيين. ويتم تنظيم مجموعات مساندة اجتماعية مضبوطة للمدمنين لمحاولة نقص أو تقليل اعتمادهم على الانترنت.

ح - العلاج الأسري Family Therapy:

حيث يتم وضع برامج علاجية للمدمنين الذين تأثرت علاقا م العائلية والزوجية سلبياً بسبب إدمان الانترنت، ويتم التركيز في البرنامج العلاجي على الاعتدال والتحكم في الاستخدام.

وقد تحتاج الأسرة بأكملها -في بعض الأحيان- إلى تلقي علاج أسري بسبب المشاكل الأسرية التي يحدثها إدمان الإنترنت بحيث يساعد الطبيب الأسرة على استعادة النقاش والحوار فيما بينها ولتقتنع الأسرة بمدى أهميتها في إعانة المدمن؛ ليقلع عن إدمانه.

والجدير بالذكر أنه ينبغي الإشارة إلى دور عوامل إيجابية أخرى في العلاج، كعوامل الثقافة والدين والقيم الاجتماعية والأخلاقية المتعارف عليها، والتي يجب مراعا ا والالتزام ا؛ لكي يتجنب الفرد مخاطر إدمان الإنترنت الاجتماعية والنفسية والجسمية.

ولا يعني الحديث عن ظاهرة إدمان الإنترنت التوقف عن استخدامه أو تجاهل وجود هذه الظاهرة، بل يعني العمل على ممارسة الاستخدام المعتدل والأمثل ووضع ضوابط وحدود لاستخدامه، مع ضرورة وجود الرقابة الأسرية ومتابعة وتوجيه الآباء للأبناء عند استخدام الإنترنت .

التوافق النفسي الاجتماعي:

شغل موضوع التوافق النفسي والاجتماعي حيزاً كبيراً في الدراسات والبحوث لأهميته في حياة الناس؛ فالتوافق ليس مرادفاً للصحة النفسية فحسب بل يرجعه الأكثر بأنه الصحة النفسية بعينها؛ فهو الهدف الرئيس لجميع فروع علم النفس بصورة عامة ومن أهم أهداف العملية الإرشادية والعلاج النفسي، ويرتب في أوائل أهداف الإرشاد النفسي (زهران، ١٩٨٠م، ص٢٦).

ويتصف المتوافق نفسياً واجتماعياً بشخصية متكاملة قادرة على التنسيق بين حاجاته وسلوكه الهادف وتفاعله مع بيئته، الذي يتحمل عناء الحاضر من أجل المستقبل متصفاً بتناسق سلوكه وعدم تناقضه ومنسجماً مع معايير مجتمعه دون التخلي عن استقلاليته مع تمتعه بنمو سليم غير متطرف في انفعالاته ومساهم في مجتمعه (المغربي، ١٩٩٢م، ص٩).

ويعرض الباحث أهم التعريفات اللغوية والمفاهيمية لمفهوم التوافق؛ وذلك فيما يلي:

مفهوم التوافق:

معنى التوافق لغوياً:

تتعدد معاني التوافق في المعاجم اللغوية، ففي لسان العرب؛ أصل التوافق: وفق الشيء ما لاءمه. وقد وافقه موافقة ووفاقاً واتفاق معه وتوافقاً. الوفق كل شيء يكون متفقاً على اتفاق واحد. وافقت فلاناً في موضع كذا؛ أي صادفته. وافقت فلاناً على أمر كذا، أي اتفقنا عليه معاً (لسان العرب، د.ت، ص٧٣٠).

كما ورد في المعجم الوجيز أن "التوافق" من وفق الأمر، يفق، وفقاً: كان صواباً موافقاً للمراد. وافق فلان بين الشيئين موافقة، ووفاقاً: جانس ولاءم. واتفق الاثنان: تقاربا واتحدا. توافقت الجماعة: اتفقت وتظاهرت، ويقال توافقت الخواطر. توفق فلان: وفق الله وأرشده (المعجم الوجيز، ١٩٧٩م، ص٦٧٦).

وورد في مختار الصحاح: أن التوافق، الاتفاق هما التظاهر، ووافق: أي صادفه، والوفق من الموافقة بين الشيئين كالالتحام (مختار الصحاح، د.ت، ص٧٣٠).

معنى التوافق مفاهيمياً:

التوافق من الناحية المفاهيمية مصطلح مركب وغامض إلى حد كبير؛ ذلك أنه يرتبط بالتصور النظري للطبيعة الإنسانية وبتعدد النظريات والأطر الثقافية المتباينة، وربما كان أحد

أسباب غموض هذا المصطلح هو الخلط بين المفاهيم؛ وقد يعزا السبب في ذلك إلى طبيعة عملية التوافق المعقدة، وإلى الإطار النظري والفلسفي الذي ينطلق منه الباحثون.

وعلى أية حال هناك ثلاثة اتجاهات للباحثين عند تعريف التوافق وهي:

أ - أن عملية التوافق ذاتية الصبغة وأن الفرد المتوافق هو الذي يخلو من الصراعات الداخلية الشعورية واللاشعورية، ويتحلى بقدر من المرونة، ويستجيب للمؤثرات الجديدة باستجابات ملائمة، وأنه مشبع لحاجاته الأولية والثانوية المكتسبة، وأنه متوافق مع مطالب النمو عبر مراحل العمر المختلفة؛ وهذا ينعكس بالطبع على بيئته التي يعيش فيها، ومن الذين يميلون إلى هذا الاتجاه التحليليون الذين يرون أن الشخص المتوافق هو الشخص صاحب الأنا الفعال الذي يسيطر على كل من الهو والأنا الأعلى ويستطيع أن يوازن بين متطلبات الهو وتحذيرات الأنا الأعلى؛ وبالتالي يستطيع الفرد أن يقوم بعملياته النفسية والاجتماعية على خير وجه (دسوقي، ١٩٩٧م).

ب - الميل إلى أن عملية التوافق تكمن في مسايرة المجتمع بما فيه من معايير وأعراف وتقاليد وعدم الخروج عليها أو الاصطدام معها. ومن أنصار هذا الاتجاه السلوكيون فهم يرون بأن العمليات التوافقية متعلمة، وأن الأفراد متى ابتعدوا عن المجتمع، وأصبحوا أقل اهتماماً بالتلميحات الاجتماعية؛ فإن سلوكياتهم تأخذ شكلاً شاذاً غير متوافق (عبد اللطيف، ١٩٩٣م).

ج - الميل إلى التوازن، وأن عملية التوافق هي عملية مواءمة بين الفرد ونفسه من جهة وبينه وبين بيئته من جهة أخرى، وأن الفرد المتوافق هو الذي يحقق حاجاته ومتطلباته المادية والنفسية ضمن الإطار الثقافي الذي يعيش فيه، وهو على قدر من المرونة وعلى التشكل ضمن البيئة التي يعيش فيها والمسايرة للمجتمع الذي يعيش فيه، وهناك من يرى بأن هناك أمور تلازم التوافق الجيد مثل السعادة النفسية؛ ويعتقد في هذا الصدد (زهران، ١٩٨٠م) أن التوافق هو تحقيق السعادة

مع النفس والرضا عنها، وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية الفطرية والعضوية والفسيولوجية والثانوية والمكتسبة، ويعبر عن سلم داخلي حيث يقل الصراع، ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو في مراحله المتتابعة.

ومن ثم فإنه يمكن استعراض بعض التعريفات المفاهيمية للتوافق كما يلي:

- ورد في قاموس English & English أن التوافق هو توازن ثابت بين الكائن والأشياء المحيطة به أو من حوله، حيث لا يوجد أي تغيير في المنبهات يستلزم إصدار استجابة جديدة، وتكون الحاجات كلها في حالة إشباع، وتعمل كل الوظائف ذات الطبيعة المستمرة بشكل عادي. كما أن التوافق هو حالة من العلاقة المتجانسة مع البيئة التي يستطيع الفرد فيها الحصول على الإشباع لمعظم حاجاته وأن يحقق المتطلبات الجسمية والاجتماعية (السيد وآخرون، ١٩٨٨م، ٦٧٥).
- وأشار "فراج" (١٩٧٠م، ص٢٢٣) إلى أن التوافق هو عملية ديناميكية مستمرة يحاول ا الإنسان عن طريق تغيير سلوكه أن يحقق التوافق بينه وبين نفسه، وبين البيئة التي تشكل كل ما يحيك بالفرد من مؤثرات وإمكانيات؛ للوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي والبدني والتكيف الاجتماعي، ويقاس التوافق السليم بمدى قدرة الفرد على مواجهة هذه المشكلات وحلها أو تقبلها والحياة معها.
- وقد عرف "فهمي" (١٩٧١م، ص١١٨) التوافق النفسي بأنه: يتعلق بالتنظيم الذاتي والعلاقات الداخلية الذاتية التي يقوم على أساسها رضا الفرد عن نفسه وعدم نفوره أو كرهه لها فضلاً عن الخلو من الصراعات والتوترات التي تقترن بمشاعر الذنب والضيق والشعور بالنقص، فتأنيب الضمير الأعلى للإنسان وشدته عند ارتكاب المخالفات وقوته عليه وإنزال العقوبة عليه ينعكس على التنظيم الذاتي للفرد وكذلك على توافق الفرد مع الآخرين فيسوء التوافق الاجتماعي.
- ويرى "مخيمر" (١٩٧٨م، ص٨) أن التوافق هو تلازم وتناغم على مستوى الأعماق ما بين الفرد وبيئته، ويظل التواؤم في مستوى السطح لا يزيد على أن يكون مجرد مسايرة ومجاراة للبيئة المحيطة، في حين يأخذ التوافق دوراً إيجابياً أي أنه ينفعل للبيئة، كما أن

البيئة تنفعل له؛ بمعنى أنه قادر على تغيير ظروف البيئة لحدوث توافق في بعض الأحيان، فهو بذلك يختلف عن الحيوان في تكيفه؛ حيث أن تكيف الحيوان هو مجرد مسايرة ومجاراة لظروف البيئة المحيطة أي هم مواءمة فقط، أما الإنسان هو يتكيف من أجل التوافق.

- وذكر "بخيت" (١٩٨٨م، ص٧٥) أن التوافق هو تغيب الأعراض المرضية والتوترات والصراعات، ووجود علاقات إيجابية مع الآخرين مع خلو الفرد من الأمراض البيولوجية، وتميز الفرد بالتوافق الم لي والصحي والاجتماعي والانفعالي.
- وعرف "دسوقي" (١٩٨٨م، ص٥٩) التوافق بأنه توازن ثابت بين الكائن وما يحيط به، فلا يكون ثمة تغير تنبيه لا يثير استجابة ولا تبقى حاجة غير مشبعة، بل جميع وظائف استمرارية الكائن تتقدم بشكل سوي، كما يعني التوافق حال العلاقة الانسجامية مع البيئة التي يكون فيها المرء قادراً على تحصيل الإشباع لمعظم حاجاته ومواجهة متطلباته الجسمية والاجتماعية.
- وأشارت "الخضري" (١٩٨٧م، ص٢٠٥) إلى التوافق النفسي بأنه: محصلة معقدة لعلاقة جدلية بين الذات بكل خبرا ا السابقة وإمكانا ا العقلنفسية وطموحا ا وبين العناصر والمعطيات الموضوعية – كما يدركها الإنسان – في المواقف المختلفة، ويتوافق الفرد عادة في المواقف التي يدركها على أ ا ميسرة لتوظيف إمكاناته، وداعمة لتحقيق طموحاته، إذن فمفهوم التوافق نسبي بالنسبة للأفراد والثقافات وللمواقف المختلفة للفرد الواحد في الثقافة الواحدة.
- كما عرفه "سميث" (Smith, 1988, p.452) بأنه: عملية مستمرة يقوم ا الفرد مستهدفاً تغيير سلوكه، ومحاولة النجاح في حل المشكلات ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين نفسه من جهة وبينه وبين البيئة من جهة أخرى.
- كما أوضحت "سري" (١٩٩٠م، ص٢١) أن التوافق النفسي بأنه: عملية دينامية مستمرة، يحاول فيها الفرد تعديل ما يمكن تعديله في سلوكه، وفي بيئته الطبيعية والاجتماعية وتقبل ما لا يمكن تعديله فيها، حتى تحدث حالة من التوازن والتوافق بينه وبين بيئته تتضمن إشباع معظم حاجاته الداخلية، ومقابلة أغلب متطلبات بيئته

الخارجية، كما يتضمن السعادة مع النفس والثقة ا والرضا عنها والشعور بقيمتها والهدوء والاستقرار، والتماسك في مواجهة الصدمات الانفعالية، والسلوك الانفعالي الناضج وحل المشكلات الانفعالية.

- وأشار "حفني" (١٩٩٢م، ص٤٢٥) إلى أن التوافق النفسي هو استشعار الشخص الأمن والأمان والانتماء والكفاءة والتقدير، وأن تكون له بالناس علاقات مودة يحس إزاءها أنه محبوب ومحل اعتزاز؛ ومن ثم يزيد تقديره لنفسه واحترامه لها. ووسائل التوافق منها استجابات يستخدم فيها الشخص علمه وخبراته في حدود إطاره المرجعي وهو فكرته عن نفسه والعالم من حوله، فإذا كان إطاره المرجعي مسايراً للواقع فإن استجاباته تكون متوافقة.
- وذكر "طه" (١٩٩٢م، ص٢٥٩) أن التوافق النفسي يتضمن إشباع حاجات الفرد ودوافعه بصورة لا تتعارض مع معايير ا تمع وقيمه، ولا تورط الفرد في محظورات تعود عليه بالعقاب ولا تضر بالآخرين أو با تمع. فالفرد المتوافق نفسياً حسناً هو الذي ينجح في تحقيق التوازن بين كل هذه الأمور.
- وأشارت "كامل" (١٩٩٣م، ص١٩) إلى التوافق النفسي بأنه: نتاج قوي متصارعة بين الفرد وبيئته وإمكاناته والفرص المتاحة له في بيئته، ولا يمكن لعالم النفس أن يدرس الإنسان إن لم ينظر إلى التوافق باعتباره اتزان بين الجانبين.
- كما عرفته "فاروق" (١٩٩٣م، ص٧٧) بأنه: تلك العملية التي تصف تفاعل الفرد مع بيئته ومن حوله، وقدرته على تحقيق الإشباعات لحاجاته البيولوجية النفسية والاجتماعية وخفض التوتر والقلق بطريقة يرضى عنها ا تمع ويشعر هو بالرضا عن النفس وتدفقه إلى المزيد من العمل والإنتاجية والتقدم المهني.
- كما أشار "مخيمر" (١٩٩٦م، ص ص١-٢) إلى أن التوافق هو الرضا بالواقع المستحيل على التغيير، ولكن في سعي دائب لا يتوقف لتخطي الواقع الذي ينفتح للتغير على طريق التقدم والصيرورة، والتوافق هو تزاوج النقيضين، وائتلاف بين المألوف والجديد، وبين الجمود والمرونة وبين الحياة والعدم، وبين سلبية الاستسلام الذي يستحيل تغيرها وبين الإيجابية في الابتكار لما ينفتح للتغيير، وبغير هذه الإيجابية لا يكون ثمة توافق، أي

ديالكتيكية التوافق تقتضي المزاوجة بين الرضا بالواقع المنغلق على التغيير، وبين الواقع المنفتح للتغيير.

- وعرف "زهران" (١٩٩٧م، ص٢٧) التوافق النفسي بأنه عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة الطبيعية والاجتماعية بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته، وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة، كما يتضمن التوافق النفسي السعادة مع النفس، والرضا عن النفس، وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية الفطرية والعضوية والفسيولوجية والثانوية والمكتسبة، ويعبر عن سلم داخلي حيث يقل الصراع الداخلي، ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو في مراحله المتتابعة.
- وعرفه "عبد الغفار" (١٩٩٧م، ص٢٠) بأنه: قدرة الفرد على ضبط انفعالاته والتصرف في المواقف التي يتعرض لها من انفعالات، والقدرة على ضبط الذات وعدم إيذاء الآخرين، وقدرته على تحقيق الإشباعات البيولوجية والنفسية والاجتماعية والالتزام بالقيم الدينية والخلقية وخفض التوتر والقلق بطريقة يرضى عنها ويشعر هو بالرضا عن النفس.
- وأشارت "إبراهيم" (٢٠٠٤م، ص٥٩) إلى التوافق النفسي بأنه: عملية دينامية مستمرة تعبر عن قدرة الفرد على حل صراعاته وتوتراته الداخلية حلاً ملائماً، حتى تحدث حالة من التوافق بين الوظائف المختلفة للشخصية، تتضمن إشباع حاجات الفرد ودوافعه بصورة لا تتعارض مع معايير ا تمع وقيمه، فيشعر الفرد بالأمن والأمان والسعادة مع النفس والثقة ا والكفاءة والتقدير والاعتزاز.

مما سبق يتضح أن التعريفات السابقة تكاد تتفق في أمور كثيرة، منها: أن التوافق سلوك يهدف إلى تحقيق الإنسان لنجاح ما في موقف معين، أو تحاشي الأضرار قدر الإمكان، وأن التوافق هو قدرة الإنسان على تغيير بيئته أي القيام بدور إيجابي في البيئة ينفعل معها وتنفعل له، وأن التوافق هو عبارة عن تغيب الأعراض المرضية والتوترات والصراعات والأمراض البيولوجية، ووجود علاقات إيجابية مع الآخرين تتفق وقدراته الفكرية.

وتعرف الدراسة الحالية التوافق بأنه: "عملية دينامية مستمرة يحاول فيها الفرد تعديل سلوكه في بيئته الطبيعية والاجتماعية، وتقبل ما لا يمكن تعديله فيهما ليتحقق التوازن النسبي بينه وبين نفسه وبينه وبين البيئة المحيطة به؛ وذلك لإشباع حاجاته البيولوجية والنفسية والاجتماعية؛ مما يؤدي إلى تغيب الأمراض النفسية والتوترات والصراعات".

النظريات المفسرة للتوافق:

ينظر غالبية علماء النفس على اختلاف مدارسهم إلى التوافق على أنه السواء، والخلو من الاضطرابات والصراعات النفسية، والقدرة على الانسجام مع النفس والآخر ين، ومع هذا الإجماع فإن لكل مدرسة فكرية وجهة نظرها في تحديد مفهوم التوافق وعملياته وعوامله، وفيما يلي عرض مختصر لأهم وجهات النظر النفسية المفسرة للتوافق:

١ - نظرية التحليل النفسي:

يرى "فرويد" Freud أن عملية التوافق الشخصي غالباً ما تكون لا شعورية؛ أي أن الفرد لا يعي الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياته؛ فالشخص المتوافق هو من يستطيع إشباع المتطلبات الضرورية للهو بوسائل مقبولة اجتماعياً (مليكة، ١٩٧٠م، ص٦٥).

ويرى "فرويد" أن العصاب والذهان ما هما إلا عبارة عن شكل من أشكال سوء التوافق. ويقرر أن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة والمتمتعة بالصحة النفسية تتمثل في ثلاث سمات هي: قوة الأنا، والقدرة على العمل، والقدرة على الحب (عبد اللطيف، ١٩٩٣م).

ويرى "فرويد" أن الشخصية تتكون من ثلاثة أبنية نفسية هي: الهو Id، والأنا Ego، والأنا الأعلى Super Ego (جابر، ١٩٨٦م، ص٦٣).

ويمثل الهو رغباتنا وحاجاتنا ودوافعنا الأساسية وهو ـذا مخزن للطاقة الجنسية، ويعمل الهو بناء على مبدأ اللذة، والذي يبحث عن تحقيق سريع للتوتر دون مراعاة للعوامل الاجتماعية، ويمكن اتباع رغبات الهو عن طريق الفعل أو التصرف اللاإرادي.

وعلى العكس من ذلك يعمل الأنا وفق مبدأ الواقع؛ حيث يعمل على تحقيق حاجات الفرد بطريقة عقلانية مقبولة لدى العالم الخارجي؛ فالأنا هو العنصر التنفيذي في الشخصية يكبح الهو ويحتفظ بالاتصالات مع العالم الخارجي من أجل تحقيق الرغبات الشخصية المتكاملة.

ويمثل الأنا الأعلى مخزناً للقيم المغروسة والمثل والمعايير الأخلاقية الاجتماعية، والأنا الأعلى يتكون من الضمير والأنا المثالية؛ فالضمير ينسب إلى القدرة على التقييم الذاتي والانتقاد والتأنيب. أما الأنا المثالية فما هي إلا تصور ذاتي مثالي يتكون من سلوكيات مقبولة ومستحسنة. وعلى أساس ما تقدم يربط "فرويد" التوافق بقوة الأنا؛ حيث يكون المنقذ الرئيس فهو يتحكم ويسيطر على الهو والأنا الأعلى ويعمل كوسيط بين العالم الخارجي ومتطلبا ـم (عبد اللطيف، ١٩٩٣م).

وبعد "فرويد" تعددت وجهات النظر التحليلية، والتي أكدت في الغالب على أهمية العوامل الاجتماعية وفاعلية الأنا، فعلى سبيل المثال يرى "أدلر" Adler أن كل فرد يسعى للتكيف مع بيئته وتطوير حياته وتحقيق امتياز وتفوق على الآخرين بطريقة فريدة بدافع الشعور بالعجز، وهذا ما أسماه بأسلوب الحياة الذي ينشأ نتيجة عاملين هما: الهدف الداخلي مع غاياته الخيالية الخاصة، والقوى البيئية التي تساعد وتعوق وتعدل اتجاهات ومسيرة الفرد. وكل فرد في أسلوب حياته يعتبر فريداً بسبب التأثيرات المختلفة للذات الداخلية وتركيبا ـا، إلا أن الطبيعة الإنسانية تعد أساساً أنانية، وخلال عمليات التربية فإن بعض الأفراد ينمون ولديهم اهتمام اجتماعي قوي وينتج عنه رؤية الآخرين مستجيبين لرغبا ـم، ومسيطرين على الدافع الأساسي للمنافسة دون مبرر ضد الآخرين طلباً للسلطة أو السيطرة.

كما ذهب "يونج" Jung إلى تأكيد ذلك من خلال افتراضه للاشعور التجمعي وأنماط الشخصية، إلا أن تأكيد أثر العوامل الاجتماعية أصبح أكثر وضوحاً في نظريات كل من: "هورني" Horny؛ والتي أكدت على أهمية الحب الوالدي، و"فروم" Fromm الذي يؤكد على أهمية العوامل الاجتماعية خارج الأسرة وخاصة الاقتصادية، و"سوليفان" Sullivan الذي يؤكد على تأثير العوامل الشخصية المتبادلة؛ حيث تنتج العوامل السوية شخصية منتجة، في حين يؤدي سوء هذه العوامل إلى العديد من الاضطرابات السلوكية التي يمكن أن تنبثق جميعاً عن الروح العدوانية تجاه الآخرون (انجلر، ١٩٩١م).

وبظهور علماء نفس الأنا من أمثال أنا فرويد وأتباعها وأخيراً أريكسون ازداد التركيز على إبراز تأثير العوامل الاجتماعية والشخصية ممثلة في فاعلية الأنا في بناء الشخصية، وتشكل نظرية أريكسون واحدة من النظريات الحديثة في التحليل النفسي. ويؤكد أريكسون على فاعلية الأنا، وعلى النمو المستمر مدى الحياة وفقاً لمبدأ التطور وذلك من خلال ثمان مراحل متتابعة تبدأ كل منها بظهور أزمة للنمو تحدد من خلال تفاعل العوامل البيولوجية والاجتماعية والشخصية وتنتهي بحل الأزمة.

ويقاس التوافق من خلال طبيعة الحل الإيجابي أو السلبي للأزمة والتي تشكل جانبين يمثلان طرفي نقيض، وبالعودة إلى ما ذكر سلفاً فإنه يمكن تلخيص مؤشرات التوافق والتي تعني فاعلية الأنا السوية في كل من الثقة، والاستقلالية، والمبادرة، والإنجاز، وتشكل الهوية، والألفة، والإنتاجية، والحكمة. في حين تمثل مؤشرات سوء التوافق في النقيض من ذلك وتشمل انعدام الثقة في الذات والآخرين، والاعتمادية، والخجل، والشك، والمعاناة من مشاعر الذنب، وفقدان روح المبادرة، والشعور بعدم الكفاية، وعدم القدرة على الإنجاز، وفقدان الهوية، واضطراب الدور، والعزلة، والركود، واليأس (انجلر، ١٩٩١م).

وهكذا يتضح أن محور دراسة التوافق عند مدرسة التحليل النفسي هو خفض التوتر نتيجة المحاولات المستمرة التي يقوم ا الفرد لإشباع حاجاته الشخصية التي تثيرها دوافعه، مع المرونة في إقامة علاقات منسجمة مع البيئة؛ فعندما يتعامل الفرد مع مشكلاته بكفاءة يقال أنه حسن التوافق لأنه استطاع أن يتواءم بنجاح مع كل مطالبه البيولوجية الداخلية

ومطالب البيئة الاجتماعية الخارجية، أما إذا فشل في مواجهة مشكلاته فإنه يوصف بأنه سيء التوافق.

وأن التوافق وفق هذه النظرية يحدث عندما تكون الأنا عند الفرد بمثابة المدير المخطط والمنفذ للشخصية، كما أكدت أيضاً على أن الفرد يعيش في سلسلة من الصراعات لإشباع حاجاته ورغباته التي تثيرها دوافعه والتي يعقبها دائماً نجاح أو فشل، فإن النجاح يؤدي إلى حسن التوافق أما الفشل فيؤدي إلى سوء التوافق.

٢ - النظرية السلوكية:

يشير رواد النظرية السلوكية إلى أن التوافق عملية مكتسبة عن طريق التعلم والخبرات التي يمر ا الفرد، والسلوك التوافقي يشتمل على خبرات تشير إلى كيفية الاستجابة لتحديات الحياة؛ والتي سوف تقابل بالتعزيز أو التدعيم.

ولقد اعتقد "واطسون" Watson، و"سكنر" Skinner أن عملية التوافق الشخصي لا يمكن لها أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري ولكنها تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات البيئة أو إثابتها.

وأوضح كل من "يولمان"، و"كراسنر" أنه عندما يجد الأفراد أن علاقا م مع الآخرين غير مثابة أو لا تعود عليهم بالإثابة؛ فإ م قد ينسلخون عن الآخرين، ويبدون اهتماماً أقل فيما يتعلق بالتلميحات الاجتماعية، وينتج عن ذلك أن يأخذ هذا السلوك شكلاً شاذاً أو غير متوافق.

ولقد رفض "باندورا" Bandura التفسير السلوكي الكلاسيكي والذي يقول بتشكيل طبيعة الإنسان بطريقة آلية ميكانيكية؛ حيث أكد على أن السلوك وسمات الشخصية نتاج للتفاعل المتبادل بين ثلاثة عوامل هي المثيرات وخاصة الاجتماعية منها (النماذج)، والسلوك الإنساني، والعمليات العقلية والشخصية. كما أعطى وزناً كبيراً للتعلم

عن طريق التقليد، ولمشاعر الكفاية الذاتية؛ حيث يعتقد أن لمشاعر الكفاية أثرها المباشر في تكوين السمات التوافقية أو غير التوافقية (انجلر، ١٩٩١م).

وهكذا يتضح أن هناك قاعدة أساسية تأثر ا بعض أصحاب الاتجاه السلوكي والتي ترى أن سلوك الإنسان هو عبارة عن استجابة لمثير، كما يلاحظ أيضاً أن السلوكيون قد سعوا إلى الربط بين التوافق وبين البيئة الاجتماعية والفيزيقية، وأن التوافق هو العملية التي يتم من خلال خفض حالة التوتر الناتجة عن الحافز أو الدافع، ويحدث حينما تحدث المسايرة الاجتماعي؛ لأن المسايرة من طبيعتها تجنب الصراع بين القوى الداخلية عند الفرد، وضغوط الجماعة أي خضوع الفرد لتلك الضغوط الصريحة والضمنية فيحكم الفرد ويعتقد ويتصرف متفقاً مع أحكام وعقائد تصرفات الجماعة (عثمان، ١٩٧٤م، ص٧٠٦).

ويتضح من النظرية السلوكية أن التوافق يتحقق عند الفرد الذي يستطيع أن يكون عادات سوية من خلال احتكاكه بالبيئة، كما أن هذه العادات السوية تنتج أيضاً من الاستجابات الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية والتي يمكن عن طريقها إشباع الحاجات المختلفة.

٣- النظرية الإنسانية:

ينظر رواد الاتجاه الإنساني إلى أن الإنسان ككائن فاعل يستطيع حل مشكلاته وتحقيق التوازن، وأنه ليس عبداً للحتميات البيولوجية كالجنس والعدوان كما يرى "فرويد" أو للمثيرات الخارجية كما يرى السلوكيون الراديكاليون من أمثال واطسن وسكنر (عبد اللطيف، ١٩٩٣م)، وأن التوافق يعني كمال الفعالية وتحقيق الذات؛ في حين أن سوء التوافق ينتج عن شعور الفرد بعدم القدرة وتكوين مفهوم سالب عن ذاته.

وتمثل نظريتي "روجرز" Rogers و"ماسلو" Maslow أهم النظريات في هذا ا ال؛ حيث يربطان إجمالاً التوافق بتحقيق الذات Self Actualization، أو بلغة "روجرز" في كتاباته الأخيرة الشخص كامل الفاعلية Fully Functioning Person، ويرى "روجرز" أن

الشخص المنتج الفعال هو الفرد الذي يعمل إلى أقصى مستوى أو إلى الحد الأعلى، وأنه يتصف بما يلي (انجلر، ١٩٩١م):

- **الانفتاح على الخبرات**؛ حيث يكون هذا الشخص مدركاً وواعياً لكل خبراته؛ فهو ليس دفاعياً، ولا يحتاج إلى تنكر أو تشويه لخبراته.
- **الإنسانية؛** وهم أولئك الأشخاص الذين لديهم القدرة على العيش والسعادة، والاستمتاع بكل لحظة من لحظات وجودهم، فكل خبرة بالنسبة لهم تعتبر جديدة وحديثة فهم لا يحتاجون إلى تصورات مسبقة لكل فكرة أو موقف لتفسير كل ما يحدث؛ فهم يكتشفون خبرا م خلال عملية التجربة أو المعايشة التي يمرون ا.
- **الثقة؛** وهم أولئك الأشخاص الذين قد يأخذون آراء الناس الآخرين، وموافقة مجتمعهم في الحسبان لكنهم لا يتقيدون ا، كما أن محور أو نواة عملية اتخاذ القرار موجودة في داخل ذوا م لتوفر الثقة في أنفسهم.
- **الحرية**؛ وهم أولئك الأشخاص الذين يتصرفون بشكل سوي، ويوظفون طاقا م إلى أقصى حد، ويشعرون ذاتياً بالحرية في أن يكونوا واعيين لحاجا م، ويستجيبون للمثيرات على ضوء ذلك.
- **الإبداع؛** وهم أولئك الأشخاص الذين يعيشون بطريقة فاعلة في بيئا م، ويتسمون بالمرونة والعفوية بدرجة تتيح لهم التكيف بصورة صحيحة مع المتغيرات في محيطهم، وتجعلهم يسعون إلى اكتساب خبرات وتحديات جديدة، وهؤلاء الأشخاص يتحركون بثقة إلى الأمام في عملية التحقيق الذاتي.

ويشير "روجرز" إلى أن الأفراد الذين يعانون من سوء التوافق يعبرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم فيما يتعلق بسلوكيا م غير المتسقة مع مفهومهم عن ذوا م، وأن سوء التوافق النفسي يمكن أن يستمر إذا ما حاول الأفراد الاحتفاظ ببعض الخبرات الانفعالية بعيداً عن مجال الإدراك أو الوعي؛ وينتج عن ذلك استحالة تنظيم مثل هذه الخبرات، أو توحيدها كجزء من الذات التي تتفكك، وتتبعثر نظراً لافتقاد الفرد قبوله لذاته، وهذا من شأنه أن يولد مزيداً من التوتر والأسى وسوء التوافق (انجلر، ١٩٩١م).

كما أكد "ماسلو" من خلال نظريته في تحقيق الذات وهرمه الشهير المعروف ـﺑﻬرم الحاجات إلى استمرارية كفاح الإنسان وفاعليته المستمرة لإشباع حاجاته؛ هذه الحاجات تتدرج في أهميتها من الحاجات البيولوجية المرتبطة بوجود الإنسان المادي إلى حاجات الإنسان النفسية المرتبطة بوجوده النفسي.

ويؤكد "ماسلو" على أن أهمية تحقيق الذات في تحقيق التوافق السوي الجيد، وقام بوضع عدة معايير للتوافق شملت الإدراك الفعال للواقع، وقبول الذات، والتلقائية، والتمركز حول المشكلات لحلها، ونقص الاعتماد على الآخرين، والاستقلال الذاتي، واستمرار تجديد الإعجاب بالأشياء أو تقديرها، والخبرات المهمة الأصلية، والاهتمام الاجتماعي القوي، والعلاقات الاجتماعية السوية، والشعور بالحب تجاه الآخرين، وأخيراً التوازن أو الموازنة بين أقطاب الحياة المختلفة (انجلر، ١٩٩١م).

وهكذا يتضح من خلال وجهات نظر أنصار النظرية الإنسانية أ ﻢ يؤكدون على فردية التوافق، حيث يرون أن التوافق هو غاية الكائن الحي، ويعتبرونه دافعاً أساسياً، كما لاحظت أيضاً أن التوافق يعمل على تحقيق الفرد لذاته وإنسانيته، فعندما يشعر الفرد بالعجز عن إشباع حاجاته فإنه تواجهه مشكلات؛ وبذلك لا يستطيع أن يحقق ذاته ويصبح سيء التوافق ومعرضاً للقلق والتوتر.

٤- تعقيب على النظريات المفسرة للتوافق:

من خلال ما تم عرضه من نظريات مفسرة للتوافق؛ أن تلك النظريات مكملة لبعضها البعض في فهم عملية التوافق، فلا يوجد نظرية منعزلة عن النظريات الأخرى بل تبدأ كل نظرية من حيث انتهت الأخرى وكلها تقدم تفسيراً للتوافق.

فالنظرية التحليلية ترى أن توافق الفرد في ا ﺘمع يمثل حلاً وسطاً بين حاجاته الداخلية و مطالبه الاجتماعية، وهي عملية شعورية ولا شعورية يقوم ا الفرد بالتوازن بين غرائزه البيولوجية ودوافعه الداخلية من جهة ودوافعه الاجتماعية من جهة أخرى.

كما أن النظرية السلوكية ترى أن التوافق بأنه عملية شعورية عبارة عن تعلم مجموعة من العادات السوية التي تتفق والمعايير الاجتماعية؛ حيث يؤدي تعلمها إلى خفض التوتر وإشباع حاجات الفرد ودوافعه فيميل إلى تكراره في المواقف المماثلة، ويكون ثباته على حسب عدد مرات التدعيم وقدر الإصابة التي حصل عليها.

كذلك ترى نظرية الاتجاه الإنساني أن التوافق يرتبط بتحقيق الذات حيث أن الكائن الحي ينشط لتحقيق إشباع الحاجات الأولية أو الفسيولوجية التي إذا أشبعت اختفت من مجال الدافعية؛ أي أن الفرد يوازن بين ذاته وحاجاته العضوية فإذا تعارضا حدث الصراع والقلق النفسي، كما أن التوافق هو غاية كل كائن حي يتوافق مع بيئته بطريقته الخاصة.

مظاهر التوافق:

يعد الوصول إلى مستوى جيد من التوافق النفسي هدفاً يسعى إليه الكائن الحي؛ فمن خلال سعي الإنسان الدائم لإشباع حاجاته ومتطلبات البيئة الاجتماعية من حوله يحقق التوافق النفسي؛ ولذلك فإن الكمال في التوافق يعرف بمدى اقتراب الشخص أو ابتعاده عن تحقيق الكمال في كل شيء، ويعد مستوى التوافق المطلق غير موجود.

وحياة الفرد بأكملها تمثل سلسلة من المحاولات للوصول إلى حالة الاتزان عن طريق خفض التوتر الناشئ عن الحاجة وعن طريق الوصول إلى أهداف شعوريـ ـة أو لاشعورية (ادر، ١٩٨٦م، ص٤٣).

ولذلك فإن وصول الفرد إلى حالة من الاتزان يعد درجة من درجات التوافق الجيد؛ في حين يؤدي عدم الاتزان إلى سوء التوافق.

ومن خلال ذلك سوف يتم عرض خصائص كل من السلوك التوافقي الجيد (حسن التوافق)، وخصائص السلوك سيء التوافق (سوء التوافق) فيما يلي:

السلوك التوافقي الجيد:

الفرد المتوافق نفسياً هو ذلك الفرد القادر على تحقيق التوازن بين احتياجاته ومتطلبات البيئة التي يعيش فيها، فهو الذي لديه القدرة على إشباع دوافعه أو حاجاته بطريقة مرضية وترضي المحيطين به (الهابط، ١٩٨٥م، ص٣٧).

ويتميز السلوك التوافقي الجيد بعدة معايير؛ يلخصها "فهمي" (١٩٧٨م، ص ص١٠٣-١١٣) فيما يلي:

- الراحة النفسية.
- الأعراض الجسمية المُرضية.
- الكفاية في العمل.
- مفهوم الذات.
- تقبل الذات وتقبل الآخرين.
- اتخاذ أهداف واقعية.
- القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية.
- القدرة على تكوين علاقات مبنية على الثقة المتبادلة.
- الشعور بالسعادة.

السلوك سيء التوافق:

أحياناً يقف الفرد عاجزاً عن تحقيق رغباته وتلبية حاجاته نتيجة وقوعه تحت العديد من المؤثرات البيئية والذاتية؛ مما ينعكس ويؤثر على سلوكه وردود أفعاله تجاه العديد من المواقف الأخرى؛ و ذا يعرف بأنه فرد سيء التوافق.

ويرى "راجح" (١٩٨٥م، ص٤٧٨) أنه إذا عجز الفرد عن إقامة التواؤم والانسجام بينه وبين بيئته وبين نفسه قيل أنه سيء التوافق، كما يبدو سوء التوافق في عجزه عن حل مشكلاته اليومية على اختلافها.

كما أننا نجد أن الإنسان وحدة متكاملة جسمية ونفسية وأن أي اضطراب في جانب منها يؤدي إلى اضطراب جوانبها المختلفة، فإن أي مشكلة يتعرض لها الفرد تؤدي إلى سوء توافقه النفسي، وتتعدد هذه المشكلات كما يتفاوت وقوع الأطفال في هذه المشكلات، ومن هذه المشكلات:

- مشكلات جسمية.
- مشكلات اجتماعية.
- مشكلات خلقية.
- مشكلات انفعالية.
- مشكلات تتصل بالتغذية.
- مشكلات اضطرابات النوم.
- مشكلات دراسية.
- مشكلات تتعلق بالأسرة.

العوامل المؤثرة على التوافق:

من أهم عوامل تحقيق التوافق توفر مطالب النمو النفسي السوي في جميع مراحله وبكافة مظاهره جسمياً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً، ومطالب النمو هي الأشياء التي يتطلبها النمو النفسي للفرد والتي يجب أن يتعلمها حتى يصبح سعيداً وناجحاً في حياته.

ويؤدي تحقيق مطالب النمو إلى سعادة الفرد، ويؤدي عدم تحقيق مطالب النمو إلى شقاء الفرد وفشله، وصعوبة تحقيق مطالب النمو الأخرى في نفس المرحلة والمراحل التالية، وفيما يلي أهم مطالب النمو خلال المراحل المتتابعة (زهران، ١٩٩٧م):

أ- نمو استغلال الإمكانات الجسمية إلى أقصى حد ممكن، وتحقيق الصحة الجسمية، وتكوين عادات سليمة في الغذاء والنوم، وتعلم المهارات الجسمية الضرورية للنمو السليم، وحسن المظهر الجسمي العام.

ب- النمو العقلي المعرفي، واستغلال الإمكانات المادية إلى أقصى الحدود الممكنة، وتحصيل أكبر قدر ممكن من المعرفة والثقافة العامة وعادات التفكير الواضح، ونمو اللغة، وسلامة التعبير عن النفس، وتنمية الابتكار.

ج- النمو الاجتماعي المتوافق إلى أقصى حد مستطاع، وتقبل الواقع وتكوين قيم سليمة، والتقدم المستمر نحو السلوك الأكثر نضجاً، والاتصال والتفاعل السليم في حدود البيئة، وتنمية المهارات الاجتماعية التي تحقق التوافق الاجتماعي، وتحقيق النمو الأخلاقي والديني القويم.

د- النمو الانفعالي إلى أقصى درجة ممكنة، وتحقيق الصحة النفسية بكافة الوسائل، وإشباع الدوافع الجنسية والوالدية، والميل إلى الاجتماع، وتحقيق الدافع للتحصيل والنبوغ والتفوق، وإشباع الحاجات مثل الحاجة إلى الأمن والانتماء، والمكانة، والتقدير، والحب، والمحبة، والتوافق، والمعرفة، وتنمية القدرات والنجاح، والدفاع عن النفس، والضبط، والتوجيه، والحرية.

وبالرغم من ضرورة تحقيق مطالب النمو؛ فإن هناك العديد من العوامل التي تؤدي إلى إعاقتها، وإحداث سوء التوافق؛ فالفرد يسوء توافقه، ويسلك سلوكاً غير متوافق عندما يعجز عن التوافق وحل مشكلاته بطرق واقعية أو بحيل دفاعية معتدلة؛ إذ أنه عندما لا يستطيع أن يحتفظ بتوازنه النفسي فإنه يتخذ أساليب سلوكية شاذة لحل أزماته النفسية؛ إلا أن الأزمات النفسية وحدها لا تكفي لتفسير عدم القدرة على التوافق، بل لابد من النظر إلى شخصية الفرد ككل وإلى ماضيه ووراثته وتربيته وما يتعرض له من إحباطات وصدمات، بالإضافة إلى معرفة اتجاهاته وعاداته؛ مما يعني أن عوامل سوء التوافق متعددة.

ويعدد "جلال" (١٩٨٥م) عوامل سوء التوافق في العوامل الآتية:

أ- **عوامل وراثية وجسمية:** للوراثة أثرها في سلوك الفرد؛ فإذا كانت الوراثة سليمة، وكذلك التربية والبيئة؛ فإننا نتوقع أن يكون الفرد حسن التوافق، إلا أن بعض الاضطرابات الوراثية والتي يمكن أن ترتبط ببعض الإعاقات العقلية أو الجسمية تكون سبباً لسوء التوافق، وقد تكون العاهة نتيجة أسباب خارجة عن إرادته؛ ومع ذلك

فإنه في كلتا الحالتين سواء كان السبب وراثياً أو بيئياً فإن النقص الجسمي والعاهات قد تؤدي إلى سوء التوافق لدى الفرد حسب جسامتها، وكذلك بناءً على نظرة ا تمع؛ فكلما كانت العاهة كبيرة كلما قل التوافق، وكلما ساءت نظرة ا تمع أي النبذ والإهمال والاحتقار وكذلك العطف الزائد كلما أدى إلى شعور الفرد بأنه عاجز وعالة؛ فإن ذلك يزيد من سوء توافقه.

ب- **عوامل بيئية واجتماعية**: للفرد حاجات لابد من إشباعها ليكون متوافقاً إلا أن إشباعها لابد أن يكون بصورة اجتماعية، ولاشك في أن الظروف الاجتماعية والأسرية السيئة كالتفكك الأسري والظروف الاقتصادية السيئة والتغيرات السريعة تمثل عوامل لسوء التوافق.

ج- **عوامل نفسية**: بالرغم من أن التوافق سمة أو خاصية نفسية؛ فإن ذلك لا يعني عدم تأثرها بالمتغيرات النفسية الأخرى؛ إذ أن هناك عوامل نفسية كثيرة يمكن أن تساعد على التوافق الحسن أو تزيد من حدة سوء التوافق؛ فالاضطرابات النفسية عوامل ومظاهر لسوء التوافق، كما تعتبر عوامل مساعدة على إحداثه ومنها على سبيل المثال:

- الانفعالات الشديدة وغير المناسبة للموقف؛ حيث يكون لهذه الانفعالات غير المتوازنة أثرها السيئ من الناحية الجسمية والنفسية والاجتماعية.
- عدم فهم المرء لذاته أو التقدير السالب للذات، وضعف مشاعر الكفاية يمكن أن تكون سبباً لسوء التوافق، كما يمكن أن تعوق قدرة الفرد على تحديد أهداف مناسبة؛ مما يعني الفشل في تحقيق هذه الأهداف، وهذا ما يمكن أن يضاعف من سوء التوافق النفسي والاجتماعي والتعرض لمزيد من الاضطرابات.
- صراع الأدوار: يلعب الفرد أدواراً متعددة تبعاً لما يتوقعه ا تمع، وقد يلعب دورين متصارعين في آن واحد؛ مما يؤدي إلى سوء التوافق إذا لم يستطع التنسيق بين هذه الأدوار ويحقق الانسجام بينها.
- الاضطرابات النفسية بكافة أنواعها؛ حيث يعد سوء التوافق مظهراً من مظاهرها.

أبعاد التوافق:

تعددت أبعاد التوافق لما لها من أهمية في تحقيق إشباعات وطموحات الفرد، وتحقيق الشعور بالسعادة، ومن هذه الأبعاد ما يلي:

١- التوافق النفسي:

ذكر "طه" (١٩٩٢م، ص٢٥٩) أن التوافق النفسي يتضمن إشباع حاجات الفرد ودوافعه بصورة لا تتعارض مع معايير ا تمع وقيمه، ولا تورط الفرد في محظورات تعود عليه بالعقاب ولا تضر بالآخرين أو با تمع. فالفرد المتوافق نفسياً حسناً هو الذي ينجح في تحقيق التوازن بين كل هذه الأمور.

وأشار "حفني" (١٩٩٢م، ص٤٢٥) إلى أن التوافق النفسي هو استشعار الشخص الأمن والأمان والانتماء والكفاءة والتقدير، وأن تكون له بالناس علاقات مودة يحس إزاءها أنه محبوب ومحل اعتزاز؛ ومن ثم يزيد تقديره لنفسه واحترامه لها. ووسائل التوافق منها استجابات يستخدم فيها الشخص علمه وخبراته في حدود إطاره المرجعي وهو فكرته عن نفسه والعالم من حوله، فإذا كان إطاره المرجعي مسايراً للواقع فإن استجاباته تكون متوافقة.

وقد عرف "زهران" (١٩٩٧م، ص٢٧) التوافق النفسي بأنه عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة الطبيعية والاجتماعية بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته، وهذا التوازن يتضمن التوافق النفسي السعادة مع النفس، والرضا عن النفس، وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية الفطرية والعضوية والفسيولوجية والثانوية والمكتسبة، ويعبر عن سلم داخلي حيث يقل الصراع الداخلي، ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو في مراحله المتتابعة.

٢- التوافق الأسري:

عرف "بل" (في. نجاتي، ١٩٦٠م) التوافق الأسري بأنه تمتع الطفل بعلاقات سوية ومشبعة بينه وبين والديه وإخوته، ومدى قدرة والديه على تحقيق حياة تتوفر فيها الإمكانات الضرورية، ومدى توفر الحب والتعاون والتضحية بين أفراد الأسرة.

وترى "سري" (١٩٩٠م، ص ص٣٢-٣٣) أن التوافق الأسري يتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة، وسلامة العلاقات بين أحد الوالدين أو كليهما وبين أبنائهما، وسلامة العلاقات بين الأولاد بعضهم البعض؛ حيث يسود الحب والثقة والاحترام المتبادل بين الجميع والتمتع بقضاء وقت الفراغ معاً، ويمتد التوافق الأسري كذلك ليشمل سلامة العلاقات الأسرية مع الأقارب، وحل المشكلات الأسرية.

وعرف "لورانس وآخرون" (Laurence *et al.*, 1994, p.293) التوافق الأسري بأنه الاعتماد على الذات والتوجيه للعمل والكفاية الاجتماعية والانجاز الأكاديمي والسلوكيات السوية بين الأخوة نتيجة لاستخدام الأسلوب الديمقراطي بين أفراد الأسرة؛ حيث يختلف التوافق الأسري باختلاف أساليب المعاملة الوالدية.

كما عرف "لورانس ومارك"" (Lawrence & Mark, 1994, p.1138) التوافق الأسري بأنه الكفاية النفسية للمراهق، والقدرة على اكتساب جماعة الرفاق، والتغلب على مشكلات التنظيم الذاتي الناتج عن التقبل والضبط الأسري.

٣- التوافق المدرسي:

عرف "دسوقي" (١٩٨٥م، ص٣٣٢) التوافق المدرسي بأنه تواؤم التلميذ مع الجو المدرسي بما يحتويه من علاقات مع الرفاق والمدرسين والمواد الدراسية والأنشطة المدرسية؛ فمع رفاق المدرسة يتعلم التلميذ التعاون والتنافس والمناقشة والمشاركة، كما تؤثر شخصية المعلم في خلق علاقات تملؤها الحرية والحب والتوجيه الرشيد والديمقراطية؛ فبقيادته الرشيدة

يتقبل التلميذ الجو المدرسي ويتفاعل معه، فالمعلم بديل للأب ومن خلاله يحب التلميذ المدرسة والمناهج الدراسية، ومن خلال علاقة التلميذ الطيبة بزملائه يظهر الثقة المتبادلة والرضا عن الجو المدرسي والحماس لتحقيق انجاز تحصيلي متميز.

كما عرف "عوض" (١٩٨٧م، ص٢٤٧) التوافق المدرسي بأنه عملية دينامية مستمرة يقوم ا التلميذ لاستيعاب مواد الدراسة والنجاح فيها، وتحقيق التلاؤم بينه وبين البيئة المدرسية ومكونا ا الأساسية المدرسون والزملاء وأوجه النشاط الاجتماعي والمواد الدراسية والوقت سواء أمان في المذاكرة أو وقت الفراغ.

وعرفت "دسوقي" (١٩٩١م، ص٦٧) التوافق المدرسي بأنه قدرة الطفل على إقامة علاقات اجتماعية إيجابية مشبعة مع الزملاء والأقارب، وتمتعه بالقدرة على إدارة الندوات والحفلات والأنشطة اللامنهجية، والقدرة على طرح الأسئلة في الفصل والإجابة عنها، ومواجهة المواقف التعليمية المختلفة.

كما عرف "برندت وسافين" (Brendt & Savin) التوافق النفسي بأنه قيام الطالب بسلوكيات سوية يرضى عنها ا تمع المدرسي؛ مما يجعله أكثر شعبية وحب بين أقرانه ومعلميه، وهو بذلك يكون أقل عرضة للمشكلات النفسية (In. Jaana & Kathryn, 1996, p.261).

وعرف "جراي وآخرون" (Gray *et al.*, 1996, p.407) التوافق المدرسي هو تحلي الطالب بالصدق مع الأصدقاء والمساعدة، وعدم إفشاء الأسرار، وتوسيع دائرة الصداقة في المدرسة، وتجنب العدوانية مع أصدقائه، والبعد عن الوحدة، وتحقيق مساندة ورضا الرفاق وحب المدرسة.

وعرف "بيتر وجريجوي" (Perter & Gregory, 2001, p.407) التوافق النفسي بأنه شعور الطالب بالتفاؤل والخلو من المشكلات النفسية التي تتعلق بالقلق والاكتئاب وكراهية المدرسين، وإقامة علاقات اجتماعية منسجمة مع الرفاق والمدرسين.

٤- التوافق الاجتماعي:

أشار " أبو النيل وأحمد" (١٩٨٥م، ص١٩) إلى أن التوافق الاجتماعي هو قدرة الفرد على إقامة علاقات مناسبة ومسايرة لأعضاء الجماعة التي ينتمي إليها، ويحظى في نفس الوقت بتقدير وتكريم واحترام الجماعة لآرائه واتجاهاته.

وتعرف "سري" (١٩٩٠م، ص٣٢) التوافق الاجتماعي بأنه يتضمن السعادة مع الآخرين والاتزان الاجتماعي، والالتزام بأخلاقيات المجتمع، ومسايرة المعايير الاجتماعية وقواعد الضبط الاجتماعي والتغيير الاجتماعي، والأساليب الثقافية السائدة في المجتمع، والتفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الناجحة مع الآخرين، وتقبل نقدهم وسهولة الاختلاط معهم، والسلوك العادي مع أفراد الجنس الآخر، والمشاركة في النشاط الاجتماعي؛ مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية.

وعرف "حفني" (١٩٩٢م، ص٤٢٦) التوافق الاجتماعي بأنه هو المواءمة بين متطلبات الشخص وإمكاناته وطبيعة النظام السياسي والاجتماعي والأخلاقي والاقتصادي لبيئته، وقد يلجأ الشخص إلى تحقيق التوافق الاجتماعي لنفسه بالتقيد بأهداف مجتمعه ومعتقداته وتقاليده وأعرافه.

وعرف "زهران" (١٩٩٧م، ص٢٧) التوافق الاجتماعي بأنه السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعي، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغير الاجتماعي، والتفاعل الاجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة، والسعادة الزواجية؛ مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية.

كما عرفت "رمضان" (١٩٩٧م، ص١٨٦) التوافق الاجتماعي بأنه إنشاء الفرد علاقات منسجمة مع البيئة كالأسرة والرفاق والمدرسين، وتتسم هذه العلاقات بالأخذ والعطاء وفق المعايير والاتجاهات الإيجابية، وكذلك القدرة على العمل المنتج الذي يجعل الفرد شخصاً نافعاً في محيطه الاجتماعي.

من خلال ما سبق؛ يلحظ أن تعريفات أبعاد التوافق اختلفت باختلاف وجهات نظر الباحثين، ولكن يلحظ أ م اتفقوا على عدة نقاط منها:

- التوافق النفسي عملية دينامية مستمرة يحاول فيها الفرد تعديل سلوكه وصولاً بالإنسان إلى التوازن بين الوظائف المختلفة للشخصية؛ حتى يقل الصراع والتوتر الداخلي؛ فيتحقق إشباع حاجات الفرد ودوافعه بصورة لا تتعارض مع معايير ا تمع وقيمه؛ ومن ثم تتحقق السعادة النفسية.
- يشتمل التوافق الأسري على تمتع الفرد بعلاقات سوية ومشبعة مبنية على التفاهم والمشاركة بين أفراد الأسرة، ويتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك والثقة والاحترام المتبادل والمساواة بين الأخوة.
- يحقق التوافق المدرسي التلاؤم بين الطالب وبين بيئته المدرسية بما تحويه من علاقات إيجابية مشبعة مع الرفاق والمدرسين والمناهج الدراسية والأنشطة المدرسية، وتمتعه بالقدرة على إدارة الندوات والحفلات ومواجهة المواقف التعليمية، ويهدف التوافق المدرسي إلى قيام الطالب بسلوكيات سوية يرضى عنها ا تمع المدرسي؛ مما يجعله أكثر شعبية ومحبوبية، وبذلك يكون أقل عرضة للمشكلات النفسية التي تتعلق بالقلق والاكتئاب وكراهية المدرسة، والشعور بالألفة والمساندة الاجتماعية؛ مما يساعده على الإنجاز والتقدم العلمي.
- يهدف التوافق الاجتماعي إلى تحقيق السعادة مع الآخرين مع نيل الاحترام والتقدير؛ ويركز على العلاقة المنسجمة للفرد مع البيئة المادية والاجتماعية، وأن شرط الانسجام الداخلي للشخص ضروري لتحقيق الانسجام مع البيئة.

معايير التوافق:

يوجد نوعان من التوافق هما التوافق السوي والتوافق غير السوي، ويقتضي التمييز بينهما وجود معيار خارجي يسهل تصنيف السلوك المراد تقييمه في المكان المناسب له. وعلى أية حال فقد اقترح علماء النفس مثل: (شاذلي، ٢٠٠١م؛ فاروق، ١٩٩٣م؛ المغربي،

١٩٩٢م؛ أبو النيل، ١٩٨٤م؛ راجح، ١٩٧٢م) عدد من المعايير للحكم على مستوى توافق الفرد، ومن هذه المعايير ما يلي:

١- المعيار الإحصائي:

يقوم هذا المعيار على تطبيق الأفكار الإحصائية لتحديد المتوافقين وغير المتوافقين؛ وذلك بإرجاع سمات الفرد إلى المتوسط، فالشخص غير السوي هو الذي ينحرف عن المتوسط العام لتوزيع الأشخاص أو السمات أو السلوك.

والمفهوم الإحصائي بذلك لا يضع في الاعتبار أن التوافق عند الشخص ينبغي أن يكون مصحوباً بالرضا عنده وبتوافقه مع نفسه.

٢- المعيار القيمي الثقافي:

وهو قريب من المعنى الإحصائي؛ بمعنى خضوع الفرد واتفاقه مع الجماعة أو ا تمع الذي يعيش فيه؛ أي أن الشخص السوي هو الذي يساير قيم ومعايير مجتمعه والشاذ هو الذي يسير عكس ذلك.

ويستخدم المنظور القيمي مفهوم التوافق لوصف مدى اتفاق السلوك مع المعايير الأخلاقية وقواعد السلوك السائدة في ا تمع أو الثقافة التي يعيش الفرد ا، وعلى هذا النحو ينظر للتوافق على أنه مسايرة أي اتفاق السلوك مع الأساليب أو المعاني التي تحدد التصرف أو المسلك السليم في ا تمع؛ ولذلك فالشخص المتوافق هو الذي يتفق سلوكه مع القيم الاجتماعية السائدة في جماعته، وقد ينظر للتوافق بنظرة أخلاقية؛ وذلك في ضوء مبادئ أخلاقية أو قواعد سلوكية تقرها ثقافة ا تمع.

٣- المعيار الطبيعي:

يشتق التوافق طبقاً لهذا المفهوم من حقيقة الإنسان الطبيعية، ويستخلص مفهوم التوافق طبقاً لهذا المعيار بناءً على خاصيتين يتميز ما الإنسان وهما قدرة الإنسان الفريدة على استخدام الرموز، وطول فترة الطفولة لدى الإنسان إذا ما قورن بالحيوان، والشخص

المتوافق طبقاً لهذا المفهوم هو من لديه إحساس بالمسئولية الاجتماعية، واكتساب المثل، والقدرة على ضبط الذات.

٤- المعيار الذاتي:

ويقصد به التوافق كما يدركه الشخص ذاته؛ فبصرف النظر عن المسايرة التي قد يبديها الفرد على أساس المعايير السابقة؛ فالمحك المهم هنا هو ما يشعر به الشخص، وكيف يرى في نفسه الاتزان أو السعادة ؛ أي أن السواء هو إحساس داخلي وخبرة ذاتية؛ فإذا كان الشخص وفقاً لهذا المعيار يشعر بالقلق أو التعاسة؛ فهو يعد غير متوافق.

٥- المعيار الباثولوجي - السيكاتري:

يتحدد مفهوم التوافق أو الصحة النفسية في ضوء المعايير الكلينيكية لتشخيص الأعراض المرضية؛ فالصحة النفسية تتحدد على أساس غياب الأعراض، والخلو من مظاهر المرض.

٦- المعيار المثالي:

وهو عبارة عن أحكام قيمية تطلق على الأشخاص، وتستمد أصولها من الأديان المختلفة، والسواء حسب هذا المعيار هو الاقتراب من كل ما هو مثالي؛ أي القول بسمات خلقية أو اجتماعية رفيعة كالكرم، والبر، والتقوى

٧- معيار الشعور بالسعادة:

ويتضمن القدرة على المتعة مع الكفاية والشعور بالرضا عن الذات، كما ينبغي أن تتضمن خلو الشخص السعيد من الخوف والكراهية؛ لما يترتب عليها من كف لإمكانات الفرد وطاقاته، ومن قلق يتطلب الدفاع ضده الوقوع في أشكال مختلفة من الحيل الدفاعية اللاسوية التي تحول دون وعي الفرد بحالته

٨ - معيار النمو الأمثل :

أدى قصور المعيار الباثولوجي - السيكاتري إلى تبني نظرة أكثر إيجابية في تحديد الشخصية المتوافقة، ويستند هذا المعيار إلى حالة من التمكن الكامل من النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية وليس مجرد الخلو من المرض.

٩- المعيار النظري:

يعتمد تحديد التوافق وسوء التوافق على الخلفية النظرية لمستخدم المعيار؛ فعلى سبيل المثال يحدد التحليليون سوء التوافق بدرجة معاناة الفرد من الخبرات المؤلمة المكبوتة، في حين ينظر السلوكيون إلى التوافق وسوء التوافق من خلال ما يتعلمه الفرد من سلوكيات مناسبة أو غير مناسبة.

١٠ - معيار المقاييس والاختبارات:

ويستخدم هذا المعيار لتحديد درجة توافق الفرد؛ حيث تتنوع الأساليب والأدوات في قياس التوافق ما بين الاستبيان الذاتي؛ وذلك عن طريق تقديم التقارير الذاتية، وبين الملاحظة التي يقوم ا الأخصائي النفسي (سواء منها المباشر أو غير المباشر)؛ والذي أصبح لديه أدوات متطورة تساعده سواء في عملية التشخيص أو في تحليل قدراته، واستعداداته، وميوله، واهتماماته، وسماته، ودرجة اضطرابه، وملاحظة سلوكه في المواقف الفردية والجماعية، والوقوف على ماضيه وحاضره سواء من الناحية الصحية أو علاقاته الاجتماعية.

ولقد تعددت المقاييس النفسية بتعدد الأطر النظرية لواضعيها، ويمكن تصنيف هذه المقاييس بصفة عامة إلى فئتين (عويضة، ١٩٩٥م):

أ - المقاييس التي تطبق من قبل المفحوصين أنفسهم، ويطلق عليها مقاييس التقدير الذاتي Self-reporting.

ب- المقاييس التي يقوم بتطبيقها شخص متمرس.

وتعد مقاييس التقدير الذاتي من أهم الأدوات المستخدمة للقياس النفسي في الطب النفسي وعلم النفس، وتتميز بتوفير وقت المتخصص والنفقات، ولا تحتاج إلى شخص مدرب، ومن الممكن أن تعطي ظروف مقننة، وأن الدرجات وتفسيرها أكثر موضوعية؛ وبالتالي تصبح المقارنة بين عينات مختلفة من الأشخاص (عويضة، ١٩٩٥م).

كما تتميز بحساسية أكثر من القياس بواسطة المتخصص المبني على المقابلة الكلينيكية؛ لكن يعيبها أن عدداً من المرضى لا يرغبون في إكمالها، وعرضة لتفاوت في مستوى التعليم، والمستوى الاجتماعي، والخلفية الثقافية؛ فهي تعتمد على ما ينتقيه الأفراد ليقولوه على أنفسهم، وكيف يفسرون الغرض من السؤال، وكيف يتصرفون فيه. (عويضة، ١٩٩٥م).

ومن أدوات وأساليب التشخيص والحكم على الشخصية: الملاحظة، والمقابلة، والتداعي الحر، وتفسير الأحلام، وزلات اللسان، ودراسة الحالة، والسيرة الذاتية، والاختبارات، والمقاييس النفسية (سفيان، ٢٠٠٠م، ص١٤٨).

ولقد ظهرت العديد من المقاييس النفسية محدثة نقلة في علم النفس والصحة النفسية، ومن المقاييس الأجنبية والعربية التي حاولت قياس التوافق النفسي والاجتماعي ما يلي:

- قائمة بيك للتوافق، وتضمنت أربعة أبعاد للتوافق هي: التوافق المنزلي، والتوافق الصحي، والتوافق الانفعالي، والتوافق الاجتماعي (الحياني، ١٩٨٨م، ص٥٣).
- مقياس كاليفورنيا للتوافق الشخصي والاجتماعي، وتضمن بعدين: الأول التوافق الشخصي وتناول مجالات: الاعتماد على النفس، والإحساس بالقيمة الذاتية، والشعور بالحرية، والامتناع والتحرر من الميل إلى الانفراد، والخلو من أعراض الأمراض العصابية. وتناول البعد الثاني وهو التوافق الاجتماعي مجالات: اتباع المستويات الاجتماعية، واكتساب المهارات الاجتماعية، والتحرر من الميول القيادية للمجتمع، والعلاقات في الأسرة والمدرسة والبيئة المحلية (الخالدي، ١٩٧٦م، ص ص٧٦-٧٧).
- قائمة هستون للتوافق الشخصي، وأعد لطلاب المرحلتين الثانوية والجامعية لقياس التوافق في ستة مجالات، وهي: التفكير التحليلي، والاندماج الاجتماعي، والاتزان الانفعالي، والثقة، والعلاقات الشخصية، والرضا عن البيت. والجدير بالذكر أن القائمة قد تم تعريبها من قبل إبراهيم المنصور (المنصور، ١٩٧٥م، ص٧).

- اختبار مينسوتا المتعدد الأوجه لقياس الشخصية وترجمه إسماعيل ومرسي عام ١٩٦١م، وتضمن سبعة مجالات وهي: العلاقات الم لية، والعلاقات الاجتماعية، والثبات الانفعالي، والشعور بالمسئولية، والواقعية، والحالة المزاجية، والقيادة (إسماعيل، ومرسي، ١٩٦١م، ص ص٣-١٣).
- مقياس بيك للاكتئاب وعربه "الشناوي" وتكون من ٢١ فقرة تقيس الاكتئاب.
- مقياس راسل للشعور بالوحدة من جامعة كاليفورنيا وعربه الشناوي وخضر، ويتألف من ٢٠ فقرة تقيس الشعور بالوحدة.
- مقياس الكبيسي للتكيف الشخصي والاجتماعي، وتضمن ستة مجالات على أساس ثلاثة مجالات لبعد التكيف الشخصي وهي: تقدير الذات، وإشباع الحاجات، والأمراض العصابية، وثلاثة مجالات لبعد التكيف الاجتماعي وهي: العلاقات الأسرية، والعلاقات الاجتماعية، والقيم والمعايير (الكبيسي، ١٩٨٨م، ص ص٧٠-٧٢).
- مقياس جيبريل للتكيف النفسي عام ١٩٩٦م وتضمن أربعة أبعاد وهي: البعد الشخصي، والبعد الانفعالي، والبعد الأسري، والبعد الاجتماعي.
- مقياس الخامري للتوافق النفسي عام ١٩٩٦م، وتضمن خمسة مجالات وهي: التوافق الانفعالي، والتوافق الجسمي، والتوافق مع الذات، والتوافق مع القيم الخلقية، والقيم الروحية، والتوافق مع الآخرين.
- مقياس التوافق النفسي والاجتماعي المبرمج على الكمبيوتر لنبيل سفيان (٢٠٠٥م)، وأعد لطلاب الجامعة، ويشمل بعدين: التوافق النفسي، والتوافق الاجتماعي، وتضمن كل بعد عدداً من ا الات: فقد اشتمل بعد التوافق النفسي على مجالين هما: التوافق الشخصي، والتوافق الانفعالي، واشتمل بعد التوافق الاجتماعي على ثلاثة مجالات هي: العلاقات الاجتماعية، والمشاركة الاجتماعية، والانسجام مع ثقافة ا تمع.

- مقياس التوافق النفسي والاجتماعي لسهير إبراهيم (٢٠٠٤م) واشتمل المقياس على أربعة أبعاد هي: التوافق النفسي، والتوافق الأسري، والتوافق المدرسي، والتوافق الاجتماعي.

ثانياً: الدراسات السابقة:

على الرغم من أن مفهوم إدمان الإنترنت من المفاهيم الحديثة نسبياً؛ فإنه خضع للدراسات العديدة سواء العربية أم الأجنبية؛ لذا يعرض هذا المحور للدراسات السابقة التي يمكن تقسيمها إلى محورين فرعيين هما:

دراسات تناولت الآثار السلبية والإيجابية لشبكة الإنترنت.

دراسات تناولت تأثير إدمان الإنترنت على بعض المتغيرات الشخصية والنفسية.

ويلتزم الباحث في عرضه لهذه الدراسات بالتسلسل التاريخي من الأحدث للأقدم، وفيما يلي عرض لذلك:

دراسات تناولت الآثار السلبية والإيجابية لشبكة الإنترنت:

الدراسات العربية:

١- دراسة ليري (٢٠٠٩م):

تناولت هذه أثر المشكلات الاجتماعية والنفسية المصاحبة لمستخدمي الكمبيوتر والإنترنت بمدينة الكويت؛ وذلك على عينة بلغت ٢٥٠ فتى وفتاة أعمارهم لا تتجاوز ٢٥ سنة.

وقد خلصت الدراسة إلى عدة نتائج منها:

- أن أفراد العينة يقضون ما يقرب من ١٥ ساعة أسبوعياً وينفقون ما يقارب مائة دينار شهرياً، وأن هذا الوقت الثمين يتم قضاؤه في استخدام برامج غير مجدية؛ مما يسهم في خلق أمراض اجتماعية ونفسية مختلفة.
- الإنترنت تساهم في خلق أمراض اجتماعية ونفسية مختلفة وتزيد من المشكلات الاجتماعية والأسرية، ويمكن إرجاع هذه المشكلات إلى أن الوقت الذين يجلسون فيه حول الجهاز يكون على حساب ترك أسرهم لفترات ليست قصيرة؛ مما يؤدي إلى المشاحنات والمشاكل.

٢- دراسة الغامدي (١٤٣٠هـ):

هدفت هذه الدراسة إلى تعرف مدى تردد من طلاب المرحلة الثانوية بمكة المكرمة على مقاهي الإنترنت، وأكثر ا الات والأنشطة التي يستخدم المرهقون مقاهي الإنترنت، وأسباب ترددهم على تلك المقاهي، ومدى العلاقة بين طريقة تعاملهم مع الإنترنت والمشكلات النفسية التي يعانون منها.

وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، واختارت عينة مقدارها ٣٠٠ طالباً في المرحلة الثانوية من المترددين على مقاهي الإنترنت.

وخلصت الدراسة إلى عدة نتائج، لعل من أهمها:

- تزايد أعداد ونسب المراهقين المستخدمين للإنترنت؛ لتصل النسبة إلى ٨٨٪.
- أكثر مجالات وأنشطة استخدام الإنترنت من قبل المراهقين فكانت للتسلية والترفيه بنسبة (٦٦،٣٪)، بينما كان أقل ا الات تبادل المعلومات بنسبة (١٨،٧٪).

٣- دراسة عبد الكريم (٢٠٠٦م):

هدفت هذه الدراسة إلى تعرف الآثار الاجتماعية لشبكة الإنترنت على المراهقين في مصر.

وقد خلصت الدراسة إلى عدة نتائج منها:

- أغلبية المبحوثين يترددون على مقاهي الإنترنت بشكل منتظم بنسبة (٦١٪).
- معظم المبحوثين بنسبة (٩٤٪) يذهبون إلى مقاهي الإنترنت برفقة أشخاص آخرين ممن هم خارج حدود من بأيديهم مسئولية الرقابة الاجتماعية عليهم.
- أغلبية المبحوثين بنسبة (٧٦،٥٪) يتناقشون ويتفاعلون مع آخرين بشأن ما يتعرضون له عبر الإنترنت من موضوعات جادة أو عابثة.

- أغلبية المبحوثين (٦٥٪) اهتموا بأن يكون لديهم عنوان إلكتروني إلا أن استفاد م التعليمية والتثقيفية والإعلامية من استخدام هذه الخدمة ضئيلة للغاية.

٤- دراسة العوض (١٤٢٦هـ):

استهدفت هذه الدراسة بيان دور استخدام شبكة الإنترنت في التحصيل الدراسي لدى طلاب جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، وتحديد السبل التي تمكن هؤلاء الطلاب من الاستفادة من الإنترنت، وكذلك المعوقات التي تحول دون استفاد م.

وقد تم استخدام المنهج الوصفي المسحي، وشمل مجتمع الدراسة جميع طلاب الماجستير والدكتوراه في السنة الأولى والثانية بكلية الدراسات العليا بجامعة نايف العربية للعلوم الأمنية على اختلاف تخصصا م وأقسامهم وجنسيا م وبلغ عددهم (٣٧٠) طالباً.

وقد خلصت الدراسة إلى عدة نتائج لعل من أهمها:

- تطبيقات استخدام الإنترنت من وجهة نظر عينة الدراسة تتمثل في البحث الأكاديمي والاتصال والتعليم عن بعد، والتغلب على عنصري الوقت والمسافة، وأن استخدام الإنترنت وارتباطه بالمقرر الدراسي مازال ضعيفاً، وأنه مازالت تدرس مقررات الدراسات العليا في قاعات الدراسة التقليدية.
- لكي يستفيد طلاب جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية من الإنترنت في التحصيل الدراسي؛ يجب أن تكون هناك مقررات علمية يدرسها الطالب عن طريق الإنترنت، وأن تكون هناك وسيلة اتصال فعالة بين الطالب وعضو هيئة التدريس في التشاور والتحدث عن مواد التخصص، وأن تكون هناك سياسة إلزامية لاستخدام الإنترنت في تدريس مقررات الدراسات العليا.

٥- دراسة منصور (٢٠٠٤م):

قامت هذه الدراسة بالكشف عن دوافع استخدام الإنترنت لدى عينة من طلبة جامعة البحرين، مكونة من (٣٣٠) طالباً وطالبة.

وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج أهمها:

- الدافع الأول لاستخدام الإنترنت لدى الطلبة طلب المعرفة، يلي ذلك المتعة والترويح، ثم تكوين علاقات اجتماعية.
- عدم وجود أية فروق في دوافع الاستخدام تعزي لمتغير الجنس، في حين وجدت فروق دالة في مجال المعلومات تعزي لمتغير الكلية لصالح طلبة كلية التربية.
- وجود فروق دالة في مجال الاندماج الاجتماعي تعزي لمتغير مدة استخدام الإنترنت لصالح مستخدمي الإنترنت لأكثر من ثلاث سنوات، كما كشفت الدراسة أن (٨٥٪) من مستخدمي الإنترنت راضون عن نتائج استخدامهم.

٦- دراسة العصيمي (١٤٢٤هـ):

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن أهم استخدامات الحاسب وتقنيات الإنترنت وآثاره في الاستخدامات المختلفة لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية.

وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، واختارت عينة طبقية من طلاب المرحلة الثانوية السعوديين بلغ عددهم (٣١٩٣) طالباً.

وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج منها:

- أن ٤٧٪ من طلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية يستخدمون الحاسب الآلي وشبكة الإنترنت لأغراض مختلفة.
- أهم استخدامات طلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية في ا ال الثقافي كانت بغرض زيادة الإطلاع على أحداث العالم، وإتاحة المعلومات بسرعة، ومعرفة الجديد في الأمور العلمية، وزيادة الاهتمام بالقضايا الإسلامية.
- أهم استخدامات طلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية في ا ال التعليمي فقد كانت محدودة، وتتمثل معظمها في تسهيل إجراء البحوث، وتحسين مستوى الحوار والكتابة ثم الاتصال بالزملاء.

- أهم استخدامات طلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية في ا ال الاقتصادي من أقل الاستخدامات، وانحصرت في الحصول على معلومات اقتصادية وزيادة الصرف المالي على الانترنت والإنفاق على الترفيه أكثر.

٧- دراسة الفرم (١٤٢٢هـ):

وهدفت هذه الدراسة إلى معرفة الإشباعات والاستخدامات التي يستخدمها جمهور شبكة الإنترنت في مدينة الرياض.

وتوصلت الدراسة إلى ما يلي:

- الإشباعات التي تحققها الشبكة هي: معرفية، وعاطفية، واجتماعية، وترفيهية، وتجارية، وأن الإشباعات المختلفة تتنوع وتختلف وفق متغير الجنس، والعمر، والمستوى التعليمي، والمهنة، والدخل والحالة الاجتماعية، ومنطقة السكن، والجنسية.
- الزمن الذي يقضيه المستخدم ما بين ساعة إلى خمس ساعات أسبوعياً، وأن استخدام الشبكة عادة يتم بصفة فردية، وفي الم ل والمقهى وليس في المؤسسات الوظيفية؛ مما أثر سلبياً فقط في قراءة الصحف دون مشاهدة التلفاز أو سماع المذياع.
- الأكثر ارتباطاً بالشبكة هم أولئك الشباب الذين تراوح أعمارهم ما بين ٢١-٢٤ سنة، وأن الجامعيون الذكور أكثر استخداماً للشبكة من الإناث ومن غير الجامعيات، وأن ذوو الدخل المرتفع ليسوا أكثر ارتباطاً بالشبكة من غيرهم.

٨- دراسة القدهي (١٤٢٢هـ):

أما هذه الدراسة التي كانت بعنوان: المواقع الإباحية على شبكة الإنترنت وأثرها على الفرد وا تمع؛ فقد توصلت الدراسة إلى أن هناك إقبالاً كبيراً جداً على المواقع الإباحية؛ حيث تبدأ الزيارة لهذه المواقع غالباً بفضول وتتطور إلى إدمان، ولا يتردد زوار هذه المواقع في دفع رسوم مالية لقاء تصفح المواد الإباحية ا، أو شراء مواد خليعة منها.

وقد اتضح أن أكثر مستخدمي المواد الإباحية تتراوح أعمارهم ما بين ١٢-١٥ عاماً؛ في حين تمثل الصفحات الإباحية أكثر صفحات الإنترنت بحثاً وطلباً.

٩- دراسة العاني (١٤٢٠هـ):

وهدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن دور الإنترنت في تعزيز البحث العلمي لدى طلاب جامعة اليرموك بالأردن؛ وذلك من خلال التعرف على أشباب ارتياد طلبة الجامعة لمركز الإنترنت، وطبيعة الخدمات التي يقدمها.

وقد بلغت عينة الدراسة ١١٢ طالباً وطالبة؛ يشكلون ٢٨٪ من مجتمع الدراسة.

وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك ١١ سبباً نال تأييداً بنسبة ٥٠٪ فما فوق، منها: السرعة الفائقة في تبادل المعلومات مع الآخرين من خلال البريد الإلكتروني، والبحث عن المستجدات العلمية ذات العلاقة بتخصص الطالب، واستثمار وقت الفراغ في تعلم نافع، ولغرض الاتصال والتعارف مع الآخرين في العالم؛ لأن استخدام الإنترنت أقل تكلفة.

الدراسات الأجنبية:

١- دراسة سهيل وبارجيز (Suhail & Bargees, 2006):

سعت هذه الدراسة إلى تفحص التأثيرات الإيجابية والسلبية للاستخدام المفرط للإنترنت على طلاب المرحلة الجامعية. وقد تم بناء مقياس آثار الإنترنت Internet Effect Scale (IES) لتحديد هذه الآثار، وتكون من سبعة أبعاد هي: المشكلات السلوكية، والمشكلات بين الشخصية، والمشكلات التربوية، والمشكلات النفسية المنطقية، والمشكلات الجسدية، وسوء استخدام الإنترنت، والآثار الإيجابية، وتكونت العينة من ٢٠٠ طالباً جامعياً درسوا في جامعة GC بباكستان.

وقد أظهرت مجموعة الارتباطات أن هناك ارتباطات موجبة بين الوقت المنقضي على الإنترنت وبعض الأبعاد المتنوعة على مقياس آثار الإنترنت التي مشيرة إلى أن الاستخدام

المفرط للإنترنت يقود إلى مشكلات تربوية، وجسدية، ونفسية منطقية، والطبيعة بين الشخصية.

وقد قرر عدد كبير من الطلاب أن هناك آثار إيجابية للإنترنت تفوق الآثار السلبية. وبدون نفي مميزات استخدام الإنترنت؛ فإن النتائج الحالية تقترح أن يكون استخدام الإنترنت يجب أن يكون في حدود معقولة؛ مع التركيز على الأنشطة التي تعزز من إنتاجية المرء.

٢- دراسة ليفنجستون (Livingston, 2004):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مشكلات الأطفال البريطانيين الناتجة عن استخدام الإنترنت.

وقد تكونت عينة الدراسة من ١٥١١ طفلاً تتراوح أعمارهم ما بين ٩ إلى ١٩ عاماً، و٩٠٦ من الآباء، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي.

ومن نتائج الدراسة ما يلي:

- أن نسبة ٥٧٪ من المراهقين تابعوا مواقع إباحية، وأن ١٦٪ فقط من الآباء هم الذين يعتقدون أن أطفالهم تصفحوا مواقع إباحية.
- الأطفال على دراية كافية بسبل الأمان على الإنترنت؛ ولكن الآباء يحتاجون لمزيد من التوعية بشأن كيفية الحديث عن المزايا والعيوب والخبرات السيئة والجيدة التي يمكنهم المرور ا عبر هذه الشبكة.
- ٤٦٪ من الأطفال يعطون معلومات خاصة م لبعض الجهات أو المواقع على شبكة الإنترنت؛ ولكن ٥٪ فقط من الآباء على دراية ذا الأمر، كما أن العديد من الأطفال لا يملكون أي خيار عندما يتطلب تحميل بعض البرامج أو استخدام بعض المواقع إدخال بيانا م الشخصية في إطار عملية التسجيل ذه المواقع.

٣- دراسة جولد وآخرون (Gold *et al.*, 2004):

وهدفت هذه الدراسة إلى معرفة استخدام المراهقين شبكة الإنترنت لطلب النصيحة والحلول لبعض المشكلات النفسية.

واشتملت العينة على مجموعة من المراهقين من سن ١٣ إلى ١٩ سنة ببعض المدارس الثانوية في نيويورك.

وأوضحت النتائج ما يلي:

- ١٨٪ من أفراد العينة يستخدمون الإنترنت في طلب النصيحة، وأن ٨٠٪ منهم يلجأ إلى مواقع الدردشة، أما الذين يلجئون إلى مواقع محددة في حل مشكلات المراهقين فقد بلغت نسبتهم ١٣٪.
- ٧٪ من المراهقين يلجئون إلى تبادل الرسائل الإلكترونية مع الأصدقاء، وأن ٥٪ من أفراد العينة لم يستطيعوا أن يتوصلوا إلى طريقة صحيحة لطلب النصح والإرشاد من خلال شبكة الإنترنت.
- ارتفاع نسبة الذكور من المراهقين الذين يعانون من مشكلات الاكتئاب والقلق وسرعة الغضب والإحباط؛ حيث كانت نسبتهم ٦٣٪ من أفراد العينة.

٤- دراسة أدسيت (Adsit, 1999):

بحثت هذه الدراسة في طبيعة إدمان المواقع الإباحية على شبكة الإنترنت.

وقد أوضحت الدراسة أن العديد من الأشخاص الذين أدمنوا مشاهدة المواقع الإباحية على الإنترنت لأسباب نفسية عدة، وتركزت أوقات زيارة المواقع الإباحية أثناء وقت الدوام الرسمي؛ حيث بلغت (٧٠٪) من مجموع الزيارات.

كما أوضحت الدراسة أن المواقع الإباحية أصبحت مشكلة حقيقية، وأن الآثار المدمرة لهذه المواقع لا تقتصر على مجتمع دون آخر، ويلاحظ آثارها السيئة في: ارتفاع

جرائم الاغتصاب بصفة عامة، واغتصاب الأطفال بصفة خاصة، والعنف الجنسي، وانعدام القيم والمبادئ عن الأسر، وامتهان النساء وعدم احترامهن.

دراسات تناولت تأثير إدمان الإنترنت على بعض المتغيرات الشخصية والنفسية:

الدراسات العربية:

١- دراسة أرنوط (٢٠٠٧م):

هدفت هذه الدراسة إلى تفحص العلاقة بين إدمان الإنترنت وأبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين، وهل تشكل هذه المتغيرات الثلاثة نموذجا سببيا يفسر هذه العلاقة؟ كذلك معرفة ما إذا كانت تتنبأ بعض أبعاد الشخصية بإدمان الإنترنت، وتفحص الفروق بين مدمني الإنترنت ومدمناته في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية، وكذلك تفحص الفروق بين مدمني الإنترنت وغير مدمنيه في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية، كما هدفت هذه الدراسة إلى تفحص الفروق بين مدمني الإنترنت في جمهورية مصر العربية في جمهورية مصر العربية ومدمنيه في المملكة العربية السعودية في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية.

وقد أجريت الدراسة على عينة (١٠٠٠ طالباً جامعياً)، ٥٤٦ طالبا منهم مدمنون للإنترنت، ٤٥٤ طالبا منهم غير مدمنين له، وقامت الباحثة بإعداد مقياس لإدمان الإنترنت، وتم تطبيق (استخبار "ايزنك "للشخصية، إعداد: مصطفى سويف)، ومقياس الصحة النفسية (التشخيص الكلنيكي الذاتي للأعراض المرضية، إعداد: حسن مصطفى).

وأشارت النتائج إلى ما يلي:

- وجود ارتباط دال إحصائيا بين الاضطرابات النفسية وأبعاد الشخصية وإدمان الإنترنت.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مدمني الإنترنت وغير مدمنيه في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية.
- وجود فروق دالة إحصائيا بين مدمني الإنترنت ومدمناته في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية، وكذلك وجود فروق بين مدمني الإنترنت في جمهورية مصر العربية ومدمنيه في المملكة العربية السعودية في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية.

٢- دراسة جلال، والصالحين (٢٠٠٥م):

هدفت هذه الدراسة إلى تعرف تأثير الاستخدام المفرط للانترنت على بعض متغيرات الشخصية لدى طلاب الجامعة، وأجريت الدراسة على عينة من طلاب الجامعة بلغ قوامها ١٩٩ طالباً منهم ١٠٩ ذكر و٩٠ أنثى بمتوسط عمري ١٩،١٩ سنة وانحراف معياري ١،٨٥.

وللإجابة على تساؤلات الدراسة أعد الباحثان أداة لقياس الاستخدام المفرط للانترنت، بالإضافة إلى تطبيق مقاييس للشخصية كمقياس أيزنك للانبساطية واستخبار أيزنك – ويلسون للشخصية بصورتيه أ ، ب.

وأظهرت الدراسة وجود فروق دالة بين مفرطى ومنخفضي الاستخدام على سمات الشخصية الايجابية وهى الانبساطية والعدوانية وتأكيد الذات والبحث الحسي ، وعلى سمات الشخصية السلبية وهى توهم المرض والقلق ، كما بينت النتائج وجود بروفيل مميز لمفرطي استخدام الانترنت.

٣- دراسة الدندراوي (٢٠٠٥م):

سعت هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين الإفراط في استخدام الكمبيوتر والإنترنت، وبين بعض المشكلات النفسية (كالأعراض الاكتئابية، والعزلة الاجتماعية، واللامبالاة) لدى

المراهقين، كذلك دراسة الفروق بين الذكور والإناث المراهقين في شيوع المشكلات النفسية المرتبطة بالإفراط في استخدام الإنترنت.

وتكونت عينة الدراسة من ١٥٠ من الذكور، و١٥٠ من الإناث، وتم استخدام مقياس (الأعراض الاكتئابية، والعزلة الاجتماعية، واللامبالاة).

وكان من أبرز نتائج الدراسة:

- وجود علاقة ارتباطية دالة بين إفراط المراهقين في استخدام الإنترنت وبين مشكلة الأعراض الاكتئابية لديهم.
- وجود علاقة ارتباطية دالة بين إفراط المراهقين في استخدام الإنترنت وبين مشكلة اللامبالاة لديهم.
- عدم وجود علاقة ارتباطية دالة بين إفراط المراهقين في استخدام الإنترنت وبين مشكلة العزلة الاجتماعية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مشكلة الأعراض الاكتئابية واللامبالاة.

٤- دراسة الشوربجي (٢٠٠٥م):

وعلى نفس السياق؛ هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الأسباب التي تؤدي بأطفال الكمبيوتر من سنة (٨-١٣) سنة من الجنسين إلى العزلة الاجتماعية، والكشف عن وجود علاقة بين الفترة الزمنية لاستخدام الأطفال لألعاب الكمبيوتر وبين الشعور بالعزلة.

وكان من نتائج الدراسة ما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين عدد الساعات التي يقضيها الأطفال من الجنسين في ألعاب وبين الشعور بالعزلة الاجتماعية والأسرة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط عدد ساعات استخدام الأطفال لألعاب الكمبيوتر يومياً لصالح الذكور عن الإناث.

- من أكثر الأسباب التي تؤدي بالطفل إلى العزلة هي شعوره معظم الوقت بوحدته، وأنه وحيد في هذا العالم، وشعوره بالعزلة عن الآخرين وكرهه للاختلاط بالآخرين منذ دخول الكمبيوتر حياته، وشعوره بعدم الثقة في نفسه؛ فيقضي معظم أوقاته في ألعاب الكمبيوتر؛ لأن الكمبيوتر يفهمه أكثر من الآخرين، فأصبح الكمبيوتر هو الذات البديلة للطفل لفشله في تحقيق ذاته؛ فيلعب منفرداً بالكمبيوتر لأنه أفضل صديق له.

٥- دراسة ربيع (٢٠٠٣م):

وهدفت هذه الدراسة إلى محاولة معرفة ما إذا كان الاستخدام المفرط لشبكة المعلومات الدولية يؤدى إلى إدمان المستخدم لها، وما هي الظروف والمتغيرات المسئولة عن إدمان الشبكة ؟ وهل يتباين استعداد المستخدمين لإدمان شبكة المعلومات الدولية بتباينهم على متغير الجنس ؟.

وقد استخدمت الباحثة أداتين هما: استمارة دوافع استخدام شبكة المعلومات من إعداد الباحثة، ومقاس إدمان شبكة المعلومات الدولة من إعداد الباحثة أيضاً، وبلغت عينة الدراسة ١٥٠ مستخدما للشبكة، بمتوسط عمري ١٩،٣٦، وانحراف معياري ٢،٣٨ وبلغ عدد مدمني استخدام الشبكة ٣٢ فرداً من العينة الكلية.

وأظهرت نتائج الدراسة:

- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط شدة الدافع نحو الشبكة وعدد ساعات الاستخدام اليومي لها بين مجموعة المدمنين وغير المدمنين للشبكة، لصالح مجموعة المدمنين.
- وجود فروق دالة في إدمان الشبكة بين الذكور والإناث.

٦- دراسة السمري (٢٠٠٣م):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام الأطفال للإنترنت على علاقته بالآباء، وما أنسب الأساليب للتعامل مع جيل الإنترنت.

وتكونت عينة الدراسة من ١٠٥ طفلاً وطفلة تراوح أعمارهم ما بين (٨-١٨) سنة من طلاب مدارس اللغات بمحافظة القاهرة، وكذلك بنفس العدد من آبائهم.

وأسفرت الدراسة عن ما يلي:

- وجود اختلاف في الدوافع بين استخدام الأطفال للإنترنت والمراهقين، حيث جاء بالمركز الأول: ألعاب الإنترنت بنسبة (٩٥،٢٪) من أجل الترفيه والتسلية أو التحدي والمنافسة، أو اللعب مع الأصدقاء والأقارب، وكلما زاد السن قل استخدام الإنترنت من أجل التسلية والترفيه، ثم البحث عن المعلومات وغرف الدردشة.
- الذكور يتفوقون عن الإناث من حيث القدرة على استخدام الإنترنت؛ فالإناث تستخدمه في التعليم، والأعمال المدرسية، والبريد الإلكتروني، وغرف الدردشة، بينما يستخدمه الذكور في التسلية والألعاب، وتأتي المدرسة في مقدمة الأماكن التي يستخدم فيها الطفل الإنترنت، والمـ ل في المركز الثاني.
- أحد معوقات الآباء لأبنائهم على الإنترنت يرجع لتفوق الأبناء عن الآباء في استخدامهم للإنترنت؛ فيسبب ذلك فجوة بين الآباء والأبناء داخل الأسرة الواحدة.

٧- دراسة عزب (٢٠٠١م):

هدفت إلى دراسة إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية وذلك على عينة قوامها ٢٠٠ طالباً وطالبة من الذين تتراوح أعمارهم بين ١٦ ، ١٨ عام من طلبة المرحلة الثانوية بمتوسط عمرى قدره (١٧،٢) وانحراف معيارى قدره (٠،٨٣) طُبِق عليهم مقياس إدمان الإنترنت من إعداد الباحث، ومقياس الصحة النفسية للشباب من إعداد عبد المطلب القريطى وعبد العزيز الشخص.

وتوصلت نتائج الدراسة إلى الارتباط العكسي بين إدمان الإنترنت والصحة النفسية .

٨- دراسة الكندري والقشعان (٢٠٠١م):

ركزت هذه الدراسة على أبرز الجوانب والتأثيرات الاجتماعية المترتبة على استخدام الإنترنت لدى عينة من طلبة جامعة الكويت، والكشف عن أثر استخدام هذه التكنولوجيا على العزلة الاجتماعية، والتي تعتبر بعداً من أبعاد الاغتراب الاجتماعي.

وقد خلصت الدراسة إلى وجود فروق بين الجنسين في متوسط عدد ساعات استخدام الإنترنت لصالح الذكور، وكذلك إلى وجود علاقة إيجابية بين المدة الزمنية لاستخدام الإنترنت وبين العزلة الاجتماعية.

الدراسات الأجنبية:

١- دراسة موترام وآخرون (**Mottram *et al.*, 2009**):

هدفت هذه الدراسة إلى البحث عن منبئات الاستخدام المشكل للإنترنت Problematic Internet Use، حيث طبق على (٢٧٢) طالباً جامعياً استبانة تقدير ذاتي تقيس الانبساطية، والعدوانية، وعضوية جماعة على الإنترنت، ومرات الاستخدام، والنوع كمنبئات للاستخدام المشكل للإنترنت.

وخلصت الدراسة إلى ما يلي:

- الذكور والإناث يختلفون بشكل دال إحصائياً في استخدامهم للإنترنت، حيث كان الذكور أكثر لعباً على الألعاب الكمبيوترية من الإناث، وأن الإناث أكثر عملاً من الذكور.
- الاستخدام المهني كان أقل دلالة للاستخدام المشكل للإنترنت من ا موعة التي لا تستخدمه مهنياً.
- العدد المرتفع للاستخدام، ونقص المثابرة (كجزء من الاندفاعية) وعضوية جماعة على الإنترنت تتنبأ بشكل دال بالاستخدام المشكل للإنترنت.

وهذه الدراسة تعطي تدارسات حول نمو إدمان الإنترنت، وتوسع معارفنا حول الدور الذي تلعبه الشخصية، وشكل الاستخدام، والنوع.

٢- دراسة بارك (**Park, 2009**):

هدفت هذه الدراسة إلى تقصي العلاقات بين استخدام الإنترنت والأعراض الاكتئابية لدى المراهقين في كوريا الجنوبية. وتكونت العينة من عينة ممثلة من مجتمع الصف الثاني المتوسط من مدارس كوريا الجنوبية (ن= ٣٤٤٩)، وتم استخدام الانحدار اللوجيستي متعدد التباين.

وقد وجدت الدراسة أن الزيادة في استخدام الإنترنت ارتبط إيجابياً بزيادة المخاطر من أعراض الاكتئاب.

٣- دراسة سيهان وسيهان (**Ceyhan & Ceyhan, 2008**):

بحثت هذه الدراسة عما إذا كانت مستويات الشعور بالوحدة، والاكتئاب، والفعالية الذاتية في استخدام الكمبيوتر لدى طلاب الجامعة مؤشرات دالة لمستويات إدمان الإنترنت؛ حيث أجريت الدراسة على ٥٥٩ طالباً جامعياً من تركيا، وتم تحليل بيانات البحث باستخدام تحليل الانحدار المتعدد.

وقد أشارت النتائج إلى ما يلي:

- الشعور بالوحدة، والاكتئاب، والفعالية الذاتية في استخدام الكمبيوتر تعد مؤشرات دالة لمستويات إدمان الإنترنت.
- الشعور بالوحدة هو المتغير الأكثر تنبؤاً لإدمان الإنترنت، ثم جاء الاكتئاب في المرتبة الثانية، وبعدها الفعالية الذاتية لاستخدام الكمبيوتر.

٤- دراسة شو وآخرون (Cho *et al.*, 2008):

بحثت هذه الدراسة عن تقييم المزاج البيوجيني وملامح الشخصية لدى المراهقين الكوريين مدمني الإنترنت. وقد شارك في الدراسة ٦٨٦ طالباً من مدارس المرحلة الثانوية أكملوا اختبار إدمان الإنترنت Internet Addiction Test (IAT)، وقائمة المزاج والشخصية Junior Temperament and Character Inventory (JTCI)، ومقياس التقدير الذاتي للمراهقين لكونرز وويلز: الصورة المختصرة Conners/Wells Adolescent Self-Report Scale: Short Form (CASS: Short).

وقد أظهرت الدراسة أن أفراد مجموعة إدمان الإنترنت درجات أعلى في بروفيلات التعاونية والإدارة ودرجات أقل في البحث عن الجدة، والتفوق الذاتي مقارنة بمجموعة الاستخدام غير المشكل للإنترنت.

وتقترح هذه النتائج أن أنماط المزاج/الشخصية يجب تدارسها بالأخذ في الاعتبار بالأشكال المرضية لإدمان للإنترنت.

٥- دراسة صم وآخرون (Sum *et al.*, 2008):

استخدمت هذه الدراسة استبانة على شبكة الإنترنت لمسح آراء ٢٢٢ استرالياً ممن يبلغ أعمارهم ٥٥ سنة لاستخدام الإنترنت. وقد كانت الاستجابات أساساً منصبة على استخدام الإنترنت للتواصل، والبحث عن المعلومات، والأغراض التجارية.

وأوضحت النتائج ما يلي:

- وجود ارتباطات سالبة بين الشعور بالوحدة والصحة النفسية.
- الاستخدام الأكبر للإنترنت كأداة تواصلية ارتبط بالمستويات المنخفضة للوحدة الاجتماعية.
- وعلى النقيض فأن الاستخدام الأكبر للإنترنت لإيجاد ناس جدد ارتبط بالمستويات المرتفعة للوحدة العاطفية.

٦- دراسة إيبلينج ويت وآخرون (Ebeling-Witte *et al.*, 2007):

تفحصت هذه الدراسة الرابطة بين الخجل واستخدام الإنترنت، حيث أجاب ٨٨ طالباً جامعياً عن مقياس الخجل، ومقياس المعرفة على الشبكة، ومقياس الألفة بالكمبيوتر/الإنترنت، واستخبار الشخصية لأيزنك، ودليل المساندة الاجتماعية المختصر.

وقد خلصت الدراسة إلى ما يلي:

- وجود علاقات ارتباطية دالة بين الخجل، واستخدام الإنترنت، وسمات الشخصية.
- الخجل يمكن أن يتنبأ بالانطوائية، والعصابية، وإدمان الإنترنت.

٦- دراسة فورتسون وآخرون (Fortson *et al.*, 2007):

هدفت هذه الدراسة إلى قياس استخدام الإنترنت، وسوء الاستخدام، والاعتمادية. وقد شارك في الدراسة ٤١١ طالباً من المرحلة الجامعية.

وقد أسفرت النتائج عن ما يلي:

- ٩٠٪ من المشاركين قرروا أ م يستخدمون الإنترنت بصفة يومية، وقابل نصف العينة تقريباً معيار سوء استخدام الإنترنت، والربع منهم قابلوا اعتمادية الإنترنت.
- الذكور والإناث لا يختلفون في متوسط الكمية التي يقضو ا على الإنترنت يومياً، وعلى أية حال فإن أسباب الدخول على الإنترنت قد اختلف بين ا موعتين.
- ارتبط الاكتئاب بزيادة تكرار عدد مرات استخدام الانترنت لمقابلة الناس، والتجارب الاجتماعية، وفي المشاركة في غرف الدردشة، بقلة تكرار التطبيع الاجتماعي وجهاً لوجه.
- الأفراد الذين قابلوا معيار سوء استخدام الإنترنت واعتمادية أكثر عرضة لأعراض الاكتئاب، وأكثر في قضاء الوقت، وأقل تطبيعاً اجتماعياً وجهاً لوجه من أولئك الذين لم يقابلوا هذا المعيار.

٧- دراسة لي ويو (Lei & Wu, 2007):

حاولت هذه الدراسة تقصي العلاقة بين تأثيرات تعلق المراهق - الوالد على استخدام المراهقين للانترنت. وقد شارك في الدراسة ٧١٢ مراهقاً الذين أكملوا استبيانات حول قياس ارتباطا م بالتعلق الوالدي، وكثافة استخدام الإنترنت، وتفضيلات خدمات الإنترنت.

وكشفت النتائج عن ما يلي:

- الاغتراب يتنبأ بشكل إيجابي باستخدام الإنترنت الباثولوجي وبشكل مباشر، وأيضاً يتوسط بشكل غير مباشر بتفضيل خدمات الترفيه.
- الثقة تتنبأ باستخدام الإنترنت الباثولوجي بشكل سلبي.

وهذه النتائج تساعد على تزويد الآباء والمعلمين بديل على استخدام المراهقين للإنترنت بشكل مناسب.

٨- دراسة أوزكان وبزلو (Ozcan & Buzlu, 2007):

بحثت هذه الدراسة عن تحديد السمات العامة لاستخدام الإنترنت لدى طلاب الجامعة في تركيا، واختبار العلاقة بين استخدام الإنترنت والظروف النفسية للطلاب. وقد شارك في الدراسة ٧٣٠ طالباً جامعياً بلغ متوسط أعمارهم ٢٠,٨٤، وكان أغلبية العينة من الإناث.

وقد أوضحت نتائج الدراسة ما يلي:

- كلما ارتفعت درجة مقياس المعرفة على الشبكة قل أداء الطلاب لأنشطة الإنترنت مثل البحث عن المعلومات العامة، والبحث عن المعلومات الأكاديمية، وزاد أداء أنشطة الإنترنت التفاعلية والترفيهية مثل الدردشة، ولعب الألعاب، والجنس، وتـ يل البرامج، والاستماع إلى الأغاني.

- وجود ارتباط موجب بين إدمان الإنترنت وبين الشعور بالوحدة والاكتئاب، وارتباط سلبي بين إدمان الإنترنت وبين المساندة الاجتماعية المدركة.

٩- دراسة سابرامانيا ولين (Subrahmanya & Lin, 2007):

استقصت هذه الدراسة العلاقة بين نشاط المراهقين على الإنترنت وسعاد م. وقد بلغ عدد المشاركين ١٥٦ مراهقاً ما بين ١٥ إلى ١٨,٤ سنة طلب منهم الاستجابة على استبانة استخدام الإنترنت، وكذلك على مقاييس الشعور بالوحدة والمساندة الاجتماعي كما يدركو ا.

وخلصت نتائج تحليل التباين ANOVA وتحليلات الانحدار إلى ما يلي:

- الشعور بالوحدة لا يرتبط بكمية الوقت المنصرم على الإنترنت، أو الوقت المنصرم على تصفح الرسائل الإلكترونية، ولكن يرتبط بنوع المشاركين.
- النوع ومدركات المشاركين بشأن علاقا م على الإنترنت تعد فقط من المتغيرات التي يمكن أن تتنبأ بالشعور بالوحدة؛ فالمراهقون الذين يشعرون أن علاقا م بالشركاء على الإنترنت تستغرق الكثير هم أولئك الذين يشعرون أ م أكثر وحدة.
- المساندة الاجتماعية المدركة من الآخرين المهمين غير مرتبطة بالوقت المنقضي على الإنترنت، أو الرسائل الإلكترونية، وعلاقات المشاركين مع الشركاء عبر الإنترنت، ومدركا م لهذه العلاقات.

١٠- دراسة أديبايو وآخرون (Adebayo *et al.*, 2006):

اختبرت هذه الدراسة تأثير النوع واستخدام الإنترنت على التوجه للسلوك الجنسي لدى المراهقين الصغار النيجيريين. وباستخدام التصميم الارتجاعي؛ تم تجميع البيانات من ٢٣١ مشاركاً.

وقد دعمت نتائج نموذج تحليل الانحدار الهرمي لتأثير النوع واستخدام الإنترنت على التوجه للسلوك الجنسي لدى المراهقين الصغار النيجيريين. إضافة إلى ذلك فقد كشفت

النتائج أيضاً عن تأثيرات تفاعلية؛ أي استخدام الإنترنت المتزايد، وقرر الذكور أن هناك مخاطرة أكبر للتوجه نحو السلوك الجنسي من أقرا م الإناث.

١١- دراسة باولاك (Pawlak, 2002):

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الوحدة والمساندة الاجتماعية وإدمان شبكة الإنترنت بين طلاب المرحلة الثانوية.

وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٢) طالباً يمثلون الصفوف الدراسية من الصف التاسع إلى الثامن عشر من إحدى المدارس الحضرية الثانوية بمنطقة حضرية بولاية نيويورك.

واستخدم في هذه الدراسة استبيانات ذات ماية مفتوحة؛ بالإضافة إلى مقياس فرعي للانطوائية/الانبساطية.

وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج أهمها:

- الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية ترتبط ارتباطاً مباشراً بإدمان الإنترنت.
- الطلاب الذين تعرضوا لمستويات مرتفعة من الوحدة، ومستويات منخفضة من المساندة الاجتماعية قد لجئوا إلى الإنترنت للتخفيف من حدة هذه المشاعر.

١٢- دراسة مودي (Moody, 2001):

بحثت هذه الدراسة في اختبار الرابطة بين نظرية روبرت وايز للشعور بالوحدة واستخدام الإنترنت، وتم قياس درجة الشعور بالوحدة الاجتماعية والعاطفية باستخدام مقياس الوحدة الاجتماعية والعاطفية، وتم مقارنته بمقياس استخدام الانترنت، واتساع شبكة الفرد من الأصدقاء سواء على الشبكة أو وجهاً لوجه.

وقد وجدت الدراسة ما يلي:

- المستويات المنخفضة للوحدة الاجتماعية والعاطفية ارتبطت بالدرجة المرتفعة بالعلاقات وجهاً لوجه مع الأصدقاء.
- المستويات المرتفعة من استخدام الإنترنت ارتبطت أيضاً مع المستويات المنخفضة للوحدة الاجتماعية، والمستويات المرتفعة للوحدة العاطفية.

وهذا يدعم البحث الحديث الذي يجد أن الإنترنت يقلل من الصحة النفسية الاجتماعية حتى ولو استخدم كأداة تواصلية.

١٣- دراسة وارد (Ward, 2000):

سعت هذه الدراسة إلى تعرف مدى إسهام استخدام الإنترنت للتباين في التوافق النفسي الاجتماعي وتكوين الهوية. وقد شارك في الدراسة ١١٢ طالباً جامعياً ومن الدراسات العليا ممن قرروا أ م يستخدمون الإنترنت لمدة أربع ساعات كل أسبوع كحد أدنى.

وقد تم إجراء نوعين من التحليلات. ففي التحليل الأول الذي تكون من متغيرات تابعة تقيس التوافق النفسي الاجتماعي من خلال ستة مقاييس للتوافق College Adjustment Scale (CAS)، والمشكلات الأكاديمية Academic Problems (AP)، والقلق Anxiety (AN)، والاكتئاب Depression (DP)، والمشكلات الأسرية Family Problems (FP)، والمشكلات بين الشخصية Interpersonal Problems (IP)، وتقدير الذات Self-Esteem (SE). وقد تم التعامل مع استخدام الإنترنت من خلال كمية الاستخدام (عدد الساعات لكل أسبوع)، وتصنيف الاستخدام (النسبة المئوية لاستخدام التطبيقات التواصلية)، ومدركات استخدام الإنترنت.

ومن خلال تحليل الانحدار المتعدد لكل متغير تابع في كلتا ا موعتين من التحليلات. ففي متغير التوافق النفسي الاجتماعي، كانت المتغيرات المتنبئة مسئولة عن التباين الدال في AN بنسبة ٩%، وفي SE بنسبة ١٠%، وفي AP بنسبة ١٥%.

التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال استقراء الباحث للدراسات السابقة يمكن له الخروج بما يلي:

بالنسبة إلى أهداف الدراسات السابقة:

بالنسبة لأهداف الدراسات السابقة؛ يلحظ أ ا تنوعت كما يلي:

أ- هدفت بعض الدراسات إلى الكشف عن دوافع استخدام الإنترنت كدراسة "منصور" (٢٠٠٤م)، ومعرفة الإشباعات والاستخدامات التي يستخدمها جمهور شبكة الإنترنت كدراسات: "الغامدي" (١٤٣٠هـ)، و"العصيمي" (١٤٢٤هـ)، و"الفرم" (١٤٢٢هـ)، ومعرفة استخدام المراهقين شبكة الإنترنت لطلب النصيحة والحلول لبعض المشكلات النفسية كدراسة "جولد وآخرون" (Gold *et al.*, 2004).

ب- وهناك بعض الدراسات هدفت إلى تعرف أثر المشكلات الاجتماعية والنفسية المصاحبة لمستخدمي الكمبيوتر والإنترنت كدراسات كل من: "ليري" (٢٠٠٩م)، و"أوزكان وبزلو" (Ozcan & Buzlu, 2007)، و"سهيل وبارجيز" (Suhail & Bargees, 2006)، و"عبد الكريم" (٢٠٠٦م)، و"ليفنجستون" (Livingston, 2004)، و"الكندري والقشعان" (٢٠٠١م).

ج- وهدفت بعض الدراسات إلى الكشف عن ارتياد المواقع الإباحية كدراسة "القدهي" (١٤٢٢هـ)، وطبيعة إدمان المواقع الإباحية على شبكة الإنترنت كدراسة "أدسيت" (Adsit, 1999)، وتأثير النوع واستخدام الإنترنت على التوجه للسلوك الجنسي لدى المراهقين الصغار النيجيريين كدراسة "أديبايو وآخرون" (Adebayo *et al.*, 2006).

د- وسعت بعض الدراسات إلى تعرف الآثار الإيجابية لشبكة الإنترنت كالاستفادة منها في التعليم كدراسات : "العوض" (١٤٢٦هـ)، وفي البحث العلمي كدراسة "العاني" (١٤٢٠هـ).

هـ- أما عن إدمان الإنترنت؛ فقد تنوعت أهداف الدراسات السابقة حوله؛ فقد هدفت دراسة "ربيع" (٢٠٠٣م) إلى محاولة معرفة ما إذا كان الاستخدام المفرط لشبكة المعلومات الدولية يؤدى إلى إدمان المستخدم لها، وما هي الظروف والمتغيرات المسئولة عن إدمان الشبكة ؟ والبحث عن منبئات الاستخدام المشكل للإنترنت كدراسة "موترام وآخرون" (Mottram *et al.*, 2009).

و- وهدفت بعض الدراسات إلى تحديد العلاقة بين إدمان الإنترنت، وبين بعض المشكلات النفسية (كالأعراض الاكتئابية، والعزلة الاجتماعية، واللامبالاة) لدى المراهقين كدراستي "الدندراوي" (٢٠٠٥م)، و"الشوربجي" (٢٠٠٥م)، والشعور بالوحدة، والاكتئاب، والفعالية الذاتية في استخدام كدراستي "سيهان وسيهان" (Ceyhan & Ceyhan, 2008)، و"بارك" (Park, 2009)، والوحدة والمساندة الاجتماعية كدراستي "باولاك" (Pawlak, 2002)، و"مودي" (Moody, 2001)، والخجل كدراسة "إيبلينج ويت وآخرون" (Ebeling-Witte *et al.*, 2007)، وسوء الاستخدام، والاعتمادية كدراسة "فورتسون وآخرون" (Fortson *et al.*, 2007)، وتأثيرات تعلق المراهق - الوالد على استخدام المراهقين للانترنت كدراستي: "لي ويو" (Lei & Wu, 2007)، و"السمري" (٢٠٠٣م).

ز- وأخيراً هدفت بعض الدراسات إلى الكشف عن العلاقة بين إدمان الإنترنت وأبعاد الصحة النفسية كدراسات كل من: "سابرامانيا ولين" (Subrahmanya & Lin, 2007)، و"حسام الدين عزب" (٢٠٠١م)، و"وارد" (Ward, 2000)، وبين إدمان الإنترنت وأبعاد الشخصية كدراستي: "أرنوط" (٢٠٠٧م)، و"جلال، والصالحين" (٢٠٠٥م).

بالنسبة إلى المنهج الذي اتبعته الدراسات السابقة:

اتفقت معظم الدراسات على استخدام المنهج الوصفي التحليلي، أو المسحي؛ لرصد ظاهرة إدمان الإنترنت أو الاستخدام المفرط للإنترنت، أو الاستخدام المشكل للإنترنت وعلاقتها بظواهر أخرى.

بالنسبة إلى العينات التي استخدمتها الدراسات السابقة:

أ- اختلفت العينات التي استخدمت في الدراسات السابقة؛ فقد اختارت إحدى الدراسات ا تمع الشامل ككل بمنهج المسح الاجتماعي وهو مجتمع مستخدمي الإنترنت في المملكة العربية السعودية كدراسة "المنشاوي" (١٤٢٤هـ)، والبعض أختار عينة طبقية من مستخدمي شبكة الإنترنت كدراسات: "ليري" (٢٠٠٩م)، و"الفرم" (١٤٢٢هـ) ، وربيع" (٢٠٠٣م) .

ب- وبعض الدراسات اختار العينات من مرحلة الطفولة المتأخرة والمراهقة المبكرة بما يقابل الصفوف الأخيرة من المرحلة الابتدائية، والصفوف الثلاثة من المرحلة المتوسطة كدراسات كل من: "بارك" (Park, 2009)، و"لي ويو" (Lei & Wu, 2007)، و"سابرامانيا ولين" (Subrahmanya & Lin, 2007)، و"أديبايو وآخرون" (Adebayo *et al.*, 2006)، و"الدندراوي" (٢٠٠٥م)، و"الشوربجي" (٢٠٠٥م)، و"ليفنجستون" (Livingston, 2004)، و"جولد وآخرون" (Gold *et al.*, 2004)، و"السمري" (٢٠٠٣م)، و"باولاك" (Pawlak, 2002).

ج- والبعض اختار العينات من طلاب المرحلة الثانوية كدراسات كل من: "الغامدي" (١٤٣٠هـ)، و"شو وآخرون" (Cho et al., 2008)، و"عبد الكريم" (٢٠٠٦م)، و"العصيمي" (١٤٢٤هـ)، و"عزب" (٢٠٠١م).

د- والكثير من الدراسات اختار العينات من طلاب الجامعة كدراسات كل من: "موترام وآخرون" (Mottram et al., 2009)، و"سيهان وسيهان" (Ceyhan & Ceyhan, 2008)، و"أرنوط" (٢٠٠٧م)، و"إيبلينج ويت وآخرون" (Ebeling-Witte *et al.*, 2007)، و"أوزكان وبزلو" (Ozcan & Buzlu, 2007)، و"فورتسون وآخرون"

"سهيل وبارجيز" (Suhail & Bargees, 2006)، و"جلال، والصالحين" (٢٠٠٥م)، و"منصور" (٢٠٠٤م)، و"الكندري والقشعان" (٢٠٠١م)، و"العاني" (١٤٢٠هـ)
- (Fortson *et al.*, 2007)، و

هـ- واختارت بعض الدراسات عينات من طلاب الدراسات العليا كدراستي "العوض" (١٤٢٦هـ)، و"وارد" (Ward, 2000).

و- واتجهت بعض الدراسات إلى اختيار عينا ا من الشيوخ كدراسة "صم وآخرون" (Sum et al., 2008).

بالنسبة إلى الأدوات التي طبقتها الدراسات السابقة:

أ- يلحظ من الدراسات السابقة أ ا استخدمت الاستبانات للوقوف على واقع استخدام شبكة الإنترنت وا الات والأنشطة التي تستخدم من خلالها، ومدى الاستفادة منها سواء في التعليم أو البحث العلمي أو طلب النصيحة كدراسات كل من: "الغامدي" (١٤٣٠هـ)، و"لي ويو" (Lei & Wu, 2007)، و"العوض" (١٤٢٦هـ)، و"جولد وآخرون" (Gold *et al.*, 2004)، و"منصور" (٢٠٠٤م)، و"العصيمي" (١٤٢٤هـ)، و"الفرم" (١٤٢٢هـ)، و"العاني" (١٤٢٠هـ)، والاستبانات لتحديد المشكلات الاجتماعية والنفسية لمستخدمي الإنترنت ، والجرائم التي تستخدم من خلالها على اختلاف أنواعها كدراسات كل من: "ليري" (٢٠٠٩م)، و"عبد الكريم" (٢٠٠٦م)، ودراسة "سهيل وبارجيز" (Suhail & Bargees, 2006)، ، و"ليفنجستون" (Livingston, 2004)، و"أدسيت" (Adsit, 1999).

ب- كما يلحظ أن بعض الدراسات اعتمدت على إدمان الإنترنت على عدة معايير منها: كمية الاستخدام (عدد الساعات لكل أسبوع)، وتصنيف الاستخدام (النسبة المئوية لاستخدام التطبيقات التواصلية)، ومدركات استخدام الإنترنت؛ كدراسات كل من: دراسة "موترام وآخرون" (Mottram et al., 2009)، و"إيبلينج ويت وآخرون" (Ebeling-Witte *et al.*, 2007)، و"فورتسون وآخرون" (Fortson *et al.*, 2007)، و"سابرامانيا ولين" (Subrahmanya & Lin, 2007)، و"جلال، والصالحين"

(٢٠٠٥م)، و"الشوربجي" (٢٠٠٥م)، و"الكندري والقشعان" (٢٠٠١م)، و"وارد" (Ward, 2000)، بينما اعتمد البعض الآخر على المعايير الواردة في (DSM)، ومن ثم بناء مقياس أو اختبار لقياس إدمان الإنترنت كدراسات كل من: "شو وآخرون" (Cho et al., 2008)، و"أرنوط" (٢٠٠٧م)، و"ربيع" (٢٠٠٣م)، و"مودي" (Moody, 2001)، و"حسام الدين عزب" (٢٠٠١م).

بالنسبة إلى النتائج التي خلصت منها الدراسات السابقة:

يستنتج الباحث عدة مضامين نفسية وتربوية من نتائج الدراسات التي عرضت سلفاً توضح أهمية البحث الحالي، ومن هذه المضامين ما يلي:

أ- الأكثر ارتباطاً بالشبكة هم أولئك المراهقون والشباب الذين تتزايد أعدادهم بنسب مرتفعة، وأ م يقضون ما يقرب من ١٥ ساعة أسبوعياً؛ نظراً للإشباعات التي تحققها الشبكة سواء معرفية، أم عاطفية، أم اجتماعية، أم ترفيهية، أم تجارية، وأن أكثر مجالات وأنشطة استخدام الإنترنت من قبل المراهقين فكانت للتسلية والترفيه، بينما كان أقل ا الات تبادل المعلومات؛ ليثبت أن هذا الوقت الثمين يتم قضاؤه في استخدام برامج غير مجدية؛ مما يسهم في خلق أمراض اجتماعية ونفسية مختلفة.

ب- أكثر مستخدمي المواد الإباحية تتراوح أعمارهم ما بين ١٢-١٥ عاماً؛ في حين تمثل الصفحات الإباحية أكثر صفحات الإنترنت بحثاً وطلباً.

ج- شبكة الإنترنت تسهم في خلق أمراض اجتماعية ونفسية مختلفة وتزيد من المشكلات الاجتماعية والأسرية؛ وهذا يدعم استنتاج أن الإنترنت يقلل من الصحة النفسية الاجتماعية حتى ولو استخدم كأداة تواصلية.

د- يمكن التنبؤ بإدمان الإنترنت من خلال عدة متغيرات منها: العدد المرتفع للاستخدام، ونقص المثابرة، والشعور بالوحدة، والاكتئاب، والفعالية الذاتية لاستخدام الكمبيوتر، والخجل، والاغتراب، والمستويات المنخفضة من المساندة الاجتماعية، واضطرابات الشخصية، ونقص التوافق النفسي الاجتماعي، والنقص في تقدير الذات، واللامبالاة،

هـ- وجود علاقة ارتباطية دالة بين إفراط المراهقين في استخدام الإنترنت وبين مشكلة الأعراض الاكتئابية لديهم.

أوجه الاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

اختلفت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في عدة أمور منها ما يلي :

أ- ركزت بعض الدارسات السابقة على قياس إدمان الإنترنت من خلال عدد مرات الاستخدام، وعدد الساعات المنقضية، وركز البعض على قياس الإدمان من خلال المعايير الخمسة للإدمان، إلا أن الدراسة الحالية ترى ضرورة قياس إدمان الإنترنت ككل شامل متكامل؛ بالأخذ في الاعتبار جميع الأبعاد الممكنة؛ بما يجعل عملية قياس إدمان الإنترنت أكثر موضوعية وموثوقية .

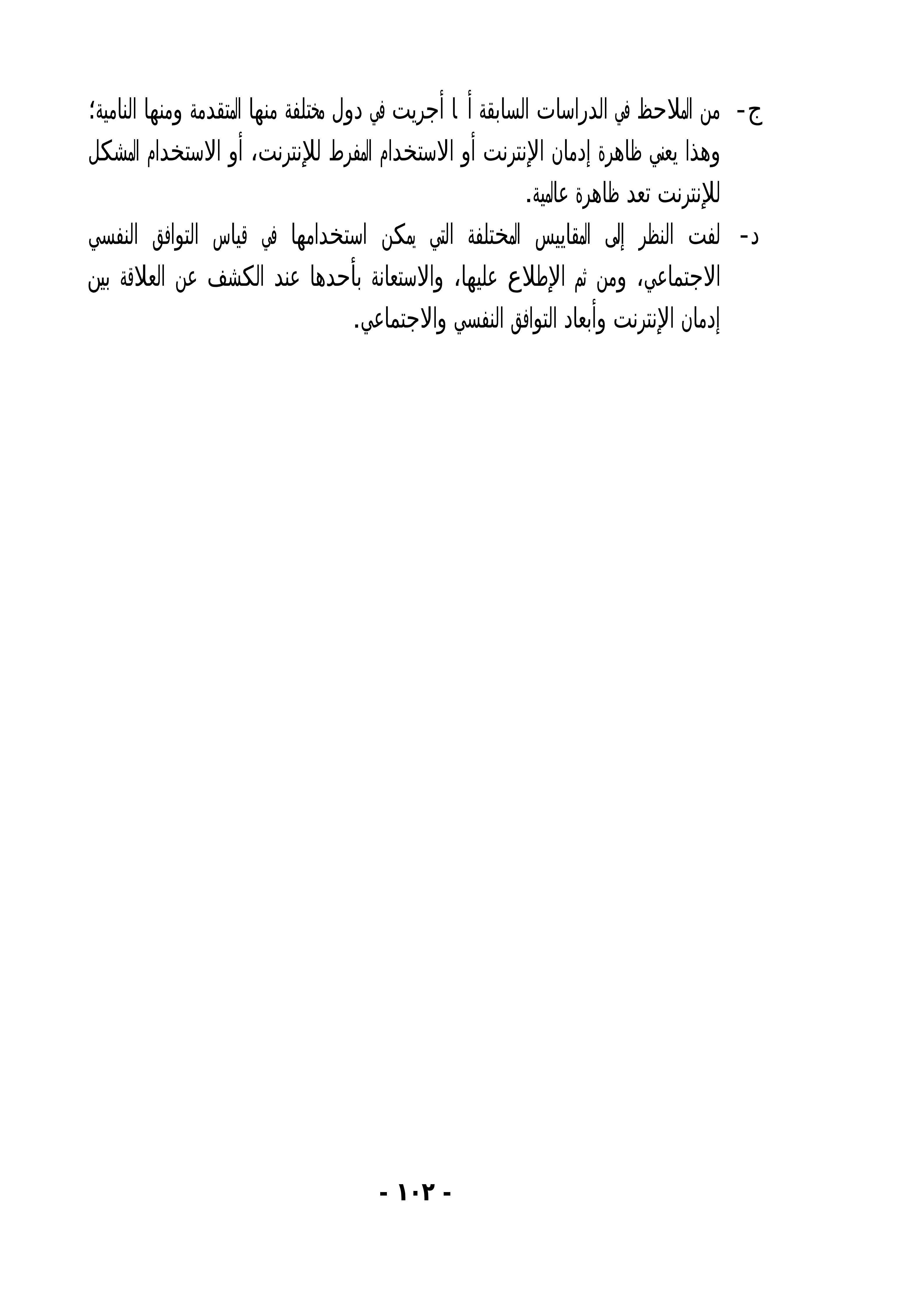
ب- اكتفت بعض الدراسات السابقة بالكشف عن العلاقة بين الاستخدام المشكل والمفرط للإنترنت، وبين بعض المتغيرات الشخصية والنفسية، ولم توجد دراسة سابقة سوى دراسة واحدة قد أشارت إلى علاقة التوافق النفسي الاجتماعي بإدمان الإنترنت؛ ولكن الدراسة الحالية تأخذ التوافق بأبعاده المختلفة سواء التوافق النفسي، أم التوافق الأسري، أم التوافق المدرسي، أم التوافق الاجتماعي.

أوجه استفادة الدراسة الحالية من الدراسات السابقة:

استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة بعدة أوجه؛ أعطت مردوداً لها يمكن إيجازها فيما يلي:

أ- تشكيل جزءً من الإطار النظري للدراسة الحالية؛ حيث تم الاستفادة من الأدبيات والخلفيات النظرية للدراسات والبحوث السابقة.

ب- التعرف على كيفية تحديد المعايير المختلفة لإدمان الإنترنت، وكيفية بناء الأدوات الخاصة به، وحساب صدقها وثبا ا، وهذه المقاييس تعد إحدى مصادر اشتقاق مقياس إدمان الإنترنت الذي قام الباحث بإعداده وتطبيقه في الدراسة الحالية.



ج- من الملاحظ في الدراسات السابقة أ ا أجريت في دول مختلفة منها المتقدمة ومنها النامية؛ وهذا يعني ظاهرة إدمان الإنترنت أو الاستخدام المفرط للإنترنت، أو الاستخدام المشكل للإنترنت تعد ظاهرة عالمية.

د- لفت النظر إلى المقاييس المختلفة التي يمكن استخدامها في قياس التوافق النفسي الاجتماعي، ومن ثم الإطلاع عليها، والاستعانة بأحدها عند الكشف عن العلاقة بين إدمان الإنترنت وأبعاد التوافق النفسي والاجتماعي.

الفصل الثالث

(الإجراءات المنهجية للدراسة)

أولاً: منهج الدراسة

ثانياً: مجتمع وعينة الدراسة

ثالثاً: أدوات الدراسة

رابعاً: أساليب المعالجة الإحصائية

الفصل الثالث

(الإجراءات المنهجية للدراسة)

أولاً: منهج الدراسة:

هدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين إدمان الإنترنت والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية؛ ولذلك تم الاعتماد في الدراسة الحالية على المنهج الوصفي لتفسير هذه العلاقة؛ لأنه يتعلق بطبيعة الظاهرة، والذي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد بالواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً (عليان، ٢٠٠٤م).

ثانياً: مجتمع وعينة الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من الطلاب بالمرحلة الثانوية العامة للعام الدراسي ١٤٣٠-١٤٣١هـ بالمدارس الثانوية بمدينة الرياض- المملكة العربية السعودية، ويظهر الجدول التالي حجم مجتمع الدراسة.

مجتمع الدراسة

عدد الطلاب بالمرحلة الثانوية العامة بمدينة الرياض	**٤٩٨٣٠**

طريقة اختيار العينة:

تم اختيار عينة مقصودة ممثلة لمجتمع الدراسة باستخدام المعادلات الاحصائية والتي تحدد الحد الادنى لحجم العينة بالعدد (٣٨٠) .

وقد قام الباحث بتوزيع (٤٠٠) استبانة على طلاب بعض المدارس والتي تم اختيارها انتقائيا حيث تم توزيع (١١٥) استبانة على طلاب مدارس البيارق، (٧٥) على طلاب مدرسة الادريسي، (٩٠) على طلاب مدارس الفلاح، (١٢٠) على طلاب مدرسة تبوك.

وقد تم استبعاد (٥٠) استبانة غير صالحة للتحليل الاحصائي، وبالتالي فإن العدد النهائي للاستبانات الصالحة للتحليل هو (٣٥٠).

وهذه الاستبانات وزعت على طلاب الصفين الثاني والثالث ثانوي بقسميها الشرعي والطبيعي واستبعد الصف الاول ثانوي وذلك لأنه لايوجد فيه تقسيم (شرعي – وطبيعي)

ويوضح جدول (٢) توزيع عينة الدراسة حسب المدرسة والصف والتخصص وحجمها كما يلي:

جدول (٢)

حجم عينة الدراسة النهائية وتوزيعها حسب المدرسة والصف والتخصص

المدرسة	الصف الثاني		الصف الثالث		ا موع
	التخصص		التخصص		
	الشرعي	الطبيعي	الشرعي	الطبيعي	
البيارق	٢١ (٦٪)	٣٥ (١٠٪)	٣٣ (٩،٤٣٪)	١٤ (٤٪)	١٠٣ (٢٩،٤٣٪)
الإدريسي	١١ (٣،١٤٪)	٢١ (٦٪)	٣٦ (١٠،٢٩٪)	٠ (٠٪)	٦٨ (١٩،٤٣٪)
الفلاح	٣٣ (٩،٤٣٪)	٦ (١،٧١٪)	٣ (٠،٨٦٪)	٣٩ (١١،١٤٪)	٨١ (٢٣،١٤٪)
تبوك	٢٠ (٥،٧١٪)	٤٠ (١١،٤٣٪)	٣ (٠،٨٦٪)	٣٥ (١٠٪)	٩٨ (٢٨٪)
ا موع	٨٥ (٢٤،٢٩٪)	١٠٢ (٢٩،١٤٪)	٧٥ (٢١،٤٣٪)	٨٨ (٢٥،١٤٪)	٣٥٠ (١٠٠٪)

ثالثاً: **أدوات الدراسة**:

مقياس إدمان الإنترنت لطلاب المرحلة الثانوية:

تم إعداد مقياس إدمان الإنترنت لطلاب المرحلة الثانوية وفقاً للإجراءات التالية:

الهدف من المقياس: يهدف المقياس إلى الوقوف على إدمان الإنترنت بأبعاده المختلفة لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض.

تحديد أبعاد المقياس: من خلال إجراء دراسة مسحية -في حدود ما توفر للباحث الإطلاع عليه- لبعض مقاييس إدمان الإنترنت ومقاييس الاستخدام المُشكِلْ للإنترنت؛ ومن هذه المقاييس ما يلي:

- مقياس إدمان الإنترنت لـ " بشرى إسماعيل أرنوط" (٢٠٠٧).
- استبانة إدمان الإنترنت لـ "أندرسون" Anderson (2006).
- مقياس الاستخدام المفرط للإنترنت لـ "سهيل وبارجيز" Suhail & Bargees (2006).
- استبانة الاستخدام المُشكل للإنترنت لـ "ثاتـشر وجـولام" Thatcher & Goolam (2005).
- مقياس الاستخدام المفرط للإنترنت لـ "دافيز وفليت وبيسير" Davis, Flett & Besser (2002).
- مقياس إدمان الإنترنت لـ " براتـاريللي وبـراون" Pratarelli & Browne (2002).
- مقياس إدمان الإنترنت لـ "هوانج وأليسي" Huang and Alessi (1997).
- مقياس الاستخدام الصحي وغير الصحي للإنترنت لـ "ستـشيرر" Scherer (1997).
- مقياس الاستخدام المفرط للإنترنت لـ "يونج" Young (1996).

ومن خلال الإطلاع على هذه المقاييس؛ وجد الباحث أنه من المناسب استخدام المدخل متعدد الأبعاد Multidimensional بحيث يكون لكل بعد مقياسه الفرعي في بنوده ودرجاته؛ على أن تشكل المقاييس الفرعية في مجموعها وعند تكاملها المقياس الكلي؛ وبناء على ذلك فقد بلغ عدد أبعاد المقياس ثمانية أبعاد على النحو التالي:

أ- **البروز Salience**، ويقصد به ذلك الذي يحدث عندما يصبح استخدام الإنترنت أهم الأنشطة وأكثرها قيمة في حياة الفرد، ويسيطر على تفكيره ومشاعره حيـث يتضح الانشغال البارز أو الزائد وينتابه الشعور باللهفة للقيام بهذا النشاط.

ب- **تعديل المزاج Mood Modification**، ويشير إلى الخبرة الذاتية المكتسبة التي يشعر ا كنتيجة لاستخدام الإنترنت بشكل متواصل ويمكن إدراكها كإستراتيجية يستخدمها في المواجهة لكي يتحاشى الآثار المترتبة على افتقاد استخدامه للانترنت.

ج- **التحمل Tolerance**، ويشير إلى العملية التي يزداد فيها كمية أو مقدار استخدام الإنترنت بحيث يصل إلى المقدار أو الكمية التي يشعر فيها بتحقيق الانتعاش والسعادة والرضا.

د- **الأعراض الانسحابية Withdrawal Symptoms**، وتشير إلى مشاعر عدم الراحة أو السعادة أو يترتب عليها آثار فسيولوجية تحدث عندما ينقطع عن استخدام الإنترنت أو تقل فترة استخدامه له مما يترتب عليه مشاعر بالكآبة وحدة الطبع وسرعة الهياج.

ه- **الصراع Conflict**، ويشير إلى الصراعات التي تدور بين مدمن الإنترنت والمحيطين به كالصراع البين شخصي Interpersonal conflict، والصراعات والتضارب بين إصراره على استخدام الإنترنت وبين غيره من الأنشطة الأخرى (كالعمل، والحياة الاجتماعية، والأمنيات، والاهتمامات، والدراسة)، أو الصراع الذي يدور داخل الفرد ذاته وهو الصراع البين نفسي Intrapsychic Conflict المتعلق باستخدام الإنترنت (والذي يتمثل في الاستمرار أو التوقف وخاصة عندما تنشأ مشكلات عن استمراره في استخدام الإنترنت).

و- **الانتكاسRelapse** ، ويقصد به الميل إلى العودة مرة أخرى والاندفاع بشكل مفرط لاستخدام الإنترنت.

ز- **الاعتمادية Dependence**، ويقصد ا الحاجة الملحة لاستخدام الإنترنت للحصول على الإحساس والمشاعر المصاحبة لاستخدام الإنترنت والتي يترتب على عدم استخدامها إحساسه بمشاعر مزعجة وكآبة وتسبب له حالة من التوتر والانزعاج.

ح- **سوء الاستخدام Abuse**، ويقصد به أن المدمن يفقد الإحساس بالجوانب الأخلاقية والدينية عند استخدام الإنترنت؛ حيث يرتبط إدمانه لهذا الاستخدام فقط

بما يحققه من إشباع لغرائزه دون إدراك لما يسببه هذا الإدمان من ممارسات شاذة أو غير أخلاقية أو توقعه تحت طائلة القانون.

صياغة بنود المقياس: راعى الباحث عند صياغة بنود المقياس ما يلي:

- أن تعكس البنود طبيعة كل بعد من أبعاد المقياس بصورة تمثل عينة شـاملة ـال السلوك المراد قياسه.
- أن يكون عدد البنود في الصورة الأولى لكل بعد من أبعاد المقياس كافياً تحسباً لمـا قد يحدث أثناء عمليات تحديد مؤشرات صلاحية المقياس وإجراءا ا الإحصائية.

وفي ضوء ما سبق؛ قام الباحث بصياغة بنود المقياس، ويلي كل بند خمسة اختيارات رتبت بنمط ليكرت (يحدث بدرجة: كبيرة جداً، وكبيرة، ومتوسطة، وقليلة، وقليلة جداً)؛ بحيث يمثل الاختيار الأول أعلى درجة ويخصص له خمس درجات، ويخصص للاختيار الثاني أربع درجات، وللاختيار الثالث ثلاث درجات، وللاختيار الرابع درجتين، أنا الاختيار الأخير ويمثل أقل درجة فقد خصص له درجة واحدة.

مراجعة بنود المقياس: بعد صياغة بنود المقياس؛ قام الباحث بإعادة قراء ا بعد بضعة أيام للتخلص بقدر الإمكان من تأثير الألفة بالمفردات؛ وليضع نفسه موضع الطالب خاصة من ناحية قواعد اللغة، وصعوبة الأسلوب، وغموض بعض الكلمات، وكذلك بعض العبارات.

الصورة الأولية للمقياس: تكونت الصورة الأولية للمقياس من (٧٩) بندٍ موزعة على أبعاده الفرعية؛ بواقع عشرة بنود لكل بعد كل على حدة، ماعدا بعد الانتكاس فخصص له ثمانية بنود، وبعد سوء الاستخدام (١١) بنداً.

الضبط الإحصائي لمقياس إدمان الإنترنت:

للتحقق من صلاحية مقياس إدمان الإنترنت للاستخدام والتطبيق على طلاب الثانوية العامة بمدينة الرياض؛ قام الباحث بعرض المقياس بأبعاده الفرعية على مجموعة من السادة

المحكمين من خبراء علم النفس [1]، ثم قام بتطبيقه استطلاعياً على عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمدرسة ثانوية الإدريسي، ومدرسة ثانوية تبوك بمدينة الرياض؛ بلغ عددهم (١١٥) طالباً من التخصصات الشرعية والطبيعية؛ وذلك بهدف الحصول على بيانات تتعلق بالخصائص السيكومترية التالية:

- **صدق المقياس .**
- **ثبات المقياس.**
- **تحديد الزمن المناسب للمقياس.**

وفيما يلي تفصيلٌ لذلك:

الصدق الظاهري :

لقد أصبح من الأمور المسلم بها في مجال القياس النفسي أنه كلما تعددت الطرق المستخدمة في التحقق من صدق الأداة؛ كان ذلك مدعاة لقدر أكبر من الثقة في هذه الأداة، ومؤشراً على قدرتها على قياس الجانب موضوع الاهتمام فيها (قشقوش، ١٩٨٨م)؛ لذا فقد تم الاعتماد على ما يلي في حساب صدق المقياس:

أ - **صدق المحتوى**: يعتمد هذا النوع من الصدق على فحص البنود التي تشكل محتوى كل بعد فرعي من أبعاد المقياس؛ وذلك في ضوء الهدف الذي وضع من أجله، وملائمته لمستوى طلاب المرحلة الثانوية؛ لذلك عرضت الصورة الأولية للمقياس على مجموعة من السادة المحكمين، وأسفر عن ذلك موافقة السادة المحكمين على معظم بنود المقياس؛ التي حازت نسبة موافقة ما بين (٨٠٪ - ١٠٠٪)؛ وقد اعتبر ذلك مؤشراً لصدق المقياس ككل منطقياً.

*** ملحق (١) قائمة بأسماء السادة المحكمين على مقياس إدمان الإنترنت لطلاب المرحلة الثانوية**

ب - الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية): قام الباحث بحساب الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية) لكل بعد من أبعاد مقياس إدمان الإنترنت؛ حيث تم ترتيب درجات أفراد العينة الاستطلاعية ترتيباً تنازلياً في الدرجة الكلية للمقياس، وتم تقسيم الدرجات إلى طرفين حسب الإرباعيات؛ حيث يمثل الطرف العلوي الإرباعي الأعلى (مجموعة مدمني الإنترنت)؛ وهم أولئك الطلاب من العينة الاستطلاعية الذين حصلوا على درجة أكبر من أو تساوي ١٩٦، ويمثل الطرف السفلي الإرباعي الأدنى (مجموعة غير مدمني الإنترنت)؛ وهم أولئك الطلاب من العينة الاستطلاعية الذين حصلوا على درجة أقل من أو تساوي ١٢٨، ثم بعد ذلك تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين (مدمني الإنترنت في مقابل غير مدمني الإنترنت)، ثم حساب قيمة "ت" بين الطرفين والجدول رقم (٣) التالي يوضح تلك النتائج.

جدول (٣)

الصدق التمييزي لأبعاد مقياس إدمان الإنترنت

م	البـــعد	الإرباعي الأعلى (مدمني الإنترنت)		الإرباعي الأدنى (غير مدمني الإنترنت)		قيمة "ت"
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	
١	البروز	٣٨،٨٦	٥،٦٩	٢٢،٤٨	٤،١١	١٢،٧٦**
٢	تعديل المزاج	٤٠،٠٤	٥،٥٣	٢٣،٨١	٤،٨٢	١٢،٠٥*
٣	التحمل	٣٧،٣٩	٥،٢١	١٨،٦٥	٤،٤١	١٤،٩٧*
٤	الأعراض الانسحابية	٣٩،٠٠	٥،٠٠	١٧،٨٧	٤،٥١	١٧،٠٧*
٥	الصراع	٣٦،٨٩	٤،٧٩	١٦،٤٥	٤،٠٨	١٨،٦٩*
٦	الانتكاس	٣٠،٠٤	٤،٢١	١٣،٩٠	٢،٧١	١٧،٦٦*
٧	الاعتمادية	٣٩،٤٣	٦،٠٩	٢١،١٩	٣،٧٠	١٤،٠٤*
٨	سوء الاستخدام	٣٥،٦٤	٧،٦٩	١٧،٠٣	٥،١٦	١١،٠١*
	المقياس ككل	٢١٨،٣٩	٢١،٣٥	١٠٥،٠٩	١٥،٤٥	٢٣،٥١*

** دالة عند مستوى ٠،٠٥   * دالة عند مستوى ٠،٠١

ويتضح من جدول (٣) أن معاملات الصدق التمييزي لأبعاد مقياس إدمان الإنترنت قد تراوحت ما بين (١١،٠٢ - ١٨،٢٨) وهي قيم دالة عند مستوى ٠,٠١، كما أن معامل الصدق التمييزي للمقياس ككل بلغ (٢٣،٥٤) وهي قيمة دالة أيضاً عند مستوى ٠,٠١؛ مما يشير إلى أن المقياس بأبعاده الفرعية يتمتع بالقدرة على الصدق التمييزي.

ج- **الصدق الداخلي**: يعتمد صدق المقياس على صدق أبعاده، وأي زيادة في صدق الأبعاد هي زيادة واضحة في صدق المقياس؛ لذلك قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بين درجات كل بند من بنود المقياس مع الدرجة الكلية للبعد الذي من المفترض أن تنتمي إليه كما هو موضح بجدول (٤).

جدول (٤)

مصفوفة معاملات الارتباط بين درجات كل بند من بنود المقياس مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

رقم البند / البعد	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١
البروز	٠،٤٣*	٠،٦٦*	٠،٥٧*	٠،٧٥*	٠،٥٨*	٠،٤٤*	٠،٦*	٠،٦٦*	٠،٣٣*	٠،٦١*	
تعديل المزاج	٠،٥٣*	٠،٥٢*	٠،٦٣*	٠،٦٧*	٠،٧١*	٠،٥٣*	٠،٥٢*	٠،٥٤*	٠،٦٧*	٠،٦٣*	
التحمل	٠،٦٠*	٠،٧١*	٠،٤١*	٠،٦٨*	٠،٦٦*	٠،٥٥*	٠،٧١*	٠،٦٤*	٠،٦٠*	٠،٦٠*	
الأعراض الانسحابية	٠،٦٤*	٠،٦٥*	٠،٧١*	٠،٦٩*	٠،٧٢*	٠،٥٧*	٠،٥٣*	٠،٦٣*	٠،٦٢*	٠،٥٣*	
الصراع	٠،٤٩*	٠،٦١*	٠،٦٥*	٠،٥٧*	٠،٦٧*	٠،٥٧*	٠،٧٣*	٠،٥٤*	٠،٦٩*	٠،٦٩*	
الانتكاس	٠،٦٣*	٠،٧٣*	٠،٦٦*	٠،٤٥*	٠،٦٧*	٠،٧١*	٠،٧٢*	٠،٧٢*			
الاعتمادية	٠،٦١*	٠،٤٠*	٠،٥٦*	٠،٦٩*	٠،٥٧*	٠،٦٧*	٠،٦٨*	٠،٥٦*	٠،٦٣*	٠،٣٧*	
سوء الاستخدام	٠،٣٩*	٠،٥٩*	٠،٥٨*	٠،٥٧*	٠،٥٢*	٠،٥٦*	٠،٥٨*	٠،٦٦*	٠،٦٣*	٠،٥٨*	٠،٥٣*

*** دالة عند مستوى ٠،٠١**

يتضح من جدول (٤) أن قيم معاملات الارتباط الداخلية بين بنود الأبعاد الفرعية الثمانية كانت دالة عند مستوى ٠,٠١؛ الأمر الذي يشير إلى ارتفاع الصدق الداخلي للمقياس.

كما قام الباحث بحساب معاملات الارتباط الداخلية بين أبعاد مقياس إدمان الإنترنت مع الدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح بجدول (٥).

حيث يتضح من جدول (٥) أن معاملات الارتباط الداخلية بين أبعاد المقياس تراوحت ما بين (٠،٥٢- ٠،٨٥) وهي قيم دالة عند مستوى ٠،٠١، وأن معاملات ارتباط الدرجة الكلية لكل بعد مع الدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (٠،٧٨- ٠،٩٤) وهي قيم دالة عند مستوى ٠،٠١؛ الأمر الذي يشير إلى أن مقياس إدمان الإنترنت يتمتع باتساق داخلي، وهو ما يحقق الصدق الداخلي له.

جدول (٥)

مصفوفة معاملات الارتباط بين درجات كل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس

البعد	البروز	تعديل المزاج	التحمل	الأعراض الانسحابية	الصراع	الانتكاس	الاعتمادية	سوء الاستخدام	المقياس ككل
البروز	-	٠،٨٣*	٠،٨٢*	٠،٧٧*	٠،٧٢*	٠،٧٩*	٠،٧٦*	٠،٥٦*	٠،٨٣*
تعديل المزاج		-	٠،٨٤*	٠،٧٩*	٠،٧٥*	٠،٧٤*	٠،٧٩*	٠،٥٢*	٠،٨٣*
التحمل			-	٠،٨٥*	٠،٨٤*	٠،٨٢*	٠،٨٣*	٠،٦٣*	٠،٩٤*
الأعراض الانسحابية				-	٠،٧٨*	٠،٧٩*	٠،٧٢*	٠،٦٤*	٠،٩١*
الصراع					-	٠،٧٨*	٠،٧٨*	٠،٦٥*	٠،٩١*
الانتكاس						-	٠،٧٦*	٠،٦٥*	٠،٩٠*
الاعتمادية							-	٠،٥٦*	٠،٨٧*
سوء الاستخدام								-	٠،٧٨
المقياس ككل	٠،٨٣*	٠،٨٤*	٠،٩٤*	٠،٩١*	٠،٩١*	٠،٩٠*	٠،٨٧*	٠،٧٨*	-

*** دالة عند مستوى ٠،٠١**

ثبات المقياس:

تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، والجدول التالي رقم (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦) معاملات ثبات كل بعد من أبعاد المقياس باستخدام ألفا كرونباخ

البعد	البروز	تعديل المزاج	التحمل	الأعراض الانسحابية	الصراع	الانتكاس	الاعتمادية	سوء الاستخدام	المقياس ككل
معامل ألفا	٠،٧٤	٠،٧٥	٠،٧٥	٠،٧٦	٠،٧٥	٠،٧٦	٠،٧٤	٠،٧٤	٠،٩٠

يتضح من جدول (٦) أن معاملات ثبات أبعاد المقياس باستخدام ألفا كرونباخ قد تراوحت ما بين (٠،٧٤ -٠،٧٦)؛ وهي قيم مقبولة إلى حد ما؛ أما معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل فقد بلغت قيمته (٠،٩٠)؛ الأمر الذي يشير إلى تمتع المقياس بثبات مقبول.

تحديد الزمن المناسب للمقياس:

قام الباحث بحساب الزمن المناسب للإجابة عن المقياس؛ حيث تم رصد زمن أول طالب انتهى من المقياس، وآخر طالب انتهى من المقياس، وحسب المتوسط الزمني لهما؛ فوجد أن الزمن المناسب للإجابة عن المقياس هو (٤٥) دقيقة تقريباً.

النسخة النهائية لمقياس إدمان الإنترنت لطلاب المرحلة الثانوية*:

بعد الضبط الإحصائي لمقياس إدمان الإنترنت لطلاب المرحلة الثانوية، والتأكد من صدقه وثباته، وحساب الزمن المناسب له؛ أصبح المقياس في صورته النهائية، ويتكون من:

أ - صفحة التعليمات؛ حيث يوضح فيها كيفية الإجابة عن بنود المقياس.

* **ملحق (٢) مقياس إدمان الإنترنت لطلاب المرحلة الثانوية**

ب- بنود المقياس التي بلغ عددها (٧٩) بنداً موزعة على ثمانية أبعاد، ويعقب كل بند خمسة استجابات: يحدث بدرجة (كبيرة جداً - كبيرة - متوسطة - قليلة - قليلة جـدا)، ويوضح جدول (٧) توزيع البنود على أبعاد المقياس.

جدول (٧)

توزيع البنود على أبعاد مقياس إدمان الإنترنت في صورته النهائية

البعد	البنود	المجموع
البروز	١، ٩ ، ١٧، ٢٥ ، ٣٣ ، ٤١ ، ٤٩ ، ٥٧ ، ٦٥ ، ٧٢	١٠
تعديل المزاج	٢، ١٠ ، ١٨، ٢٦ ، ٣٤ ، ٤٢ ، ٥٠ ، ٥٨ ، ٦٦ ، ٧٣	١٠
التحمل	٣، ١١ ، ١٩، ٢٧ ، ٣٥ ، ٤٣ ، ٥١ ، ٥٩ ، ٦٧ ، ٧٤	١٠
الأعراض الانسحابية	٤، ١٢ ، ٢٠، ٢٨ ، ٣٦ ، ٤٤ ، ٥٢ ، ٦٠ ، ٦٨ ، ٧٥	١٠
الصراع	٥، ١٣ ، ٢١، ٢٩ ، ٣٧ ، ٤٥ ، ٥٣ ، ٦١ ، ٦٩ ، ٧٦	١٠
الانتكاس	٦، ١٤ ، ٢٢، ٣٠ ، ٣٨ ، ٤٦ ، ٥٤ ، ٦٢	٨
الاعتمادية	٧، ١٥ ، ٢٣، ٣١ ، ٣٩ ، ٤٧ ، ٥٥ ، ٦٣ ، ٧٠ ، ٧٧	١٠
سوء الاستخدام	٨، ١٦ ، ٢٤، ٣٢ ، ٤٠ ، ٤٨ ، ٥٦ ، ٦٤ ، ٧١ ، ٧٨ ، ٧٩	١١
	المجموع	٧٩

ج - رصد الدرجات: تصحح الإجابات برصد درجة واحدة للإجابة (يحدث بدرجة قليلة جداً)، ودرجتين للإجابة (يحدث بدرجة قليلة)، وثلاث درجات للإجابة (يحدث بدرجة متوسطة)، وأربع درجات للإجابة (يحدث بدرجة كبيرة)، وخمس درجات للإجابة (يحدث بدرجة كبيرة جداً).

وعليه تصبح الدرجة الدنيا للمقياس (٧٩×١= ٧٩) درجة؛ وتمثل أرضية المقياس، والدرجة القصوى للمقياس (٧٩×٥= ٣٩٥) درجة؛ وتمثل سقف المقياس؛ مع الاعتبار بأن جميع عبارات المقياس تصحح في اتجاه واحد حيث لا توجد عبارات عكسية.

مقياس التوافق النفسي والاجتماعي إعداد سهير إبراهيم

تقتضي طبيعة الدراسة الحالية قياس التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض؛ ولتحقيق ذلك قام الباحث بالاستعانة بمقياس التوافق النفسي والاجتماعي من إعداد "سهير إبراهيم".

وقد اختار الباحث هذا المقياس لعدة مبررات منها: أنه على الرغم من تعدد المقاييس التي تناولت التوافق النفسي والاجتماعي؛ فإنه من النادر ما تجمع المقاييس الجوانب الأربعة للتوافق النفسي، والأسري، والمدرسي، والاجتماعي؛ لذلك فقد قامت مِعدة المقياس بإعداد هذا المقياس الذي يشمل الجوانب الأربعة للتوافق، إضافة إلى ذلك فإن هذا المقياس يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة.

وفيما يلي الخطوات التي اتخذ ا معدة المقياس في بنائه، وتحديد أبعاده، واستنتاج الخصائص السيكومترية لذلك المقياس:

الهدف من المقياس: يهدف المقياس إلى الوقوف على التوافق النفسي والاجتماعي بجوانبه المختلفة لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض.

طريقة إعداد المقياس: تم إعداد المقياس بإتباع الخطوات التالية:

أ- إجراء دراسة مسحية في حدود ما توفر للباحثة الإطلاع عليه لمفاهيم التوافق النظرية من مصادر عربية وأجنبية.

ب- الإطلاع على ما توفر لها من مقاييس التوافق أو بعض جوانبه.

ج- تحديد جوانب التوافق النفسي، والأسري، والمدرسي، والاجتماعي.

د- تم الاستعانة ببعض عبارات المقاييس السابقة التالية:

- مقياس التوافق النفسي والاجتماعي من إعداد هالة فاروق.
- مقياس التوافق العام من إعداد إجلال سري.
- مقياس التوافق من إعداد حسام الدين الجارحي.

- مقياس التوافق من إعداد ثريا علام حسن.
- مقياس التوافق الشخصي من إعداد قريشي عبد الكريم.
- مقياس التوافق الاجتماعي من إعداد مصطفى الصفطي.
- مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي من إعداد نادر فتحي محمود.
- مقياس التوافق النفسي من إعداد عبد الجابر عبد اللاه.
- مقياس التوافق الاجتماعي من إعداد محمد شجاع السندي.
- اختبار التوافق من إعداد هيو م. بل.
- اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية من إعداد عطية هنا.
- مقياس التوافق الدراسي من إعداد محمود محمد الزيادي.

تحديد أبعاد المقياس: اشتمل المقياس على أبعاد هي:

أ- التوافق النفسي.
ب- التوافق الأسري.
ج- التوافق المدرسي.
د- التوافق الاجتماعي.

صياغة بنود المقياس: عند صياغة بنود المقياس تم مراعاة ما يلي:

- أن يتضمن البند هدفاً واحداً فقط يهدف إلى معرفة أحد الجوانب المراد قياسها.
- أن يكون البند سهلاً واضحاً وبعيداً عن الغموض.
- لا يتيح البند فرصة للتخمين.

وفي ضوء ما سبق، قامت الباحث بصياغة بنود المقياس بحيث يشتمل كل بعد من أبعاد المقياس على ٣٠ بنداً بمجموع ١٢٠ بنداً، ويلي كل بند أربعة اختيارات رتبت بنمط ليكرت (أوافق دائماً، أوافق أحياناً، أوافق نادراً، لا أوافق)؛ بحيث ترصد الدرجات ٤، و٣، و٢، و١ للإجابات الأربع على التوالي في حالة كون العبارة موجبة، والدرجات ١، و٢، و٣، و٤ على التوالي في حالة كون العبارة سالبة.

الخصائص السيكومترية للمقياس: قامت الباحثة باستنتاج الخصائص السيكومترية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي كما يلي:

صدق المقياس:

أ -الصدق الظاهري: تم حساب درجة صدق المحكمين باستخدام معادلة لاوش لكل عبارة من عبارات المقياس والتي تنص على:

$$\text{معامل الصدق الظاهري} = \frac{\text{عدد المحكمين الذين أجابوا بأهمية العبارة} - \frac{\text{العدد الكلي للمحكمين}}{2}}{\frac{\text{العدد الكلي للمحكمين}}{2}}$$

حيث تم استبعاد البنود التي حصلت على معامل صدق أقل من ٠،٥٩ عند مستوى دلالة ٠،٠٥؛ على اعتبار أن عدد المحكمين (١١) محكماً، مع تعديل بعض البنود، وتقسيم بعض العبارات إلى عبارتين مستقلتين؛ وبالتالي أصبح المقياس في صورته النهائية مكوناً من ١٠٠ بندٍ بواقع (٢٥) بندٍ لكل بعد من أبعاد المقياس.

ب- الصدق الذاتي: تم حساب معاملات الصدق الذاتي لأبعاد مقياس التوافق النفسي والاجتماعي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار، وخلصت النتائج إلى أن معاملات الصدق الذاتي للتوافق النفسي (٠،٨١)، وللتوافق الأسري (٠،٨٥)، وللتوافق المدرسي (٠،٨٧)، وللتوافق الاجتماعي (٠،٨٠)، وللتوافق العام (٠،٨٢)؛ وهذه المعاملات ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠،٠١.

ج- الصدق الداخلي: تم حساب معاملات الصدق الداخلي بحساب معاملات ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس، وكذلك بحساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس. وخلصت

النتائج إلى أن معاملات ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس دالة عند مستوى ٠،٠٥، وأن معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس كانت دالة عند مستوى ٠،٠١.

د- الصدق التمييزي: تمت المقارنة بين متوسطي درجات ا موعتين اللتين تشكلان الإرباعي الأعلى والأدنى لكل بعد من أبعاد التوافق، وبحساب قيم "ت" بين متوسطي ا موعتين في كل بعد من أبعاد المقياس، وخلصت النتائج إلى أن قيم "ت" دالة عند مستوى ٠,٠١؛ مما يشير إلى أن المقياس له قدرة على التمييز بين الدرجات العليا والدنيا للتوافق.

ثبات المقياس:

أ- طريقة إعادة الاختبار: تم حساب معاملات الثبات للأبعاد الأربعة لمقياس التوافق بطريقة إعادة الاختبار بفاصل زمني قدره ١٥ يوماً، وخلصت النتائج إلى أن معامل ثبات التوافق النفسي (٠،٦٥)، والتوافق الأسري (٠،٧٣)، والتوافق المدرسي (٠،٧٦)، والتوافق الاجتماعي (٠،٦٤)، والتوافق العام (٠،٦٨)، وهي قيم دالة عند مستوى ٠،٠١.

ب- طريقة التجزئة النصفية: تم حساب معاملات الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية؛ حيث بلغ (٠،٦١) قبل التصحيح، وبعد التصحيح أصبح (٠،٧٦)؛ مما يشير إلى تمتع المقياس بثبات مقبول.

الضبط الإحصائي للمقياس على البيئة السعودية:

قام الباحث في الدراسة الحالية بتطبيق مقياس التوافق النفسي والاجتماعي على مجموعة من طلاب المرحلة الثانوية بمدرستي ثانوية الإدريسي، وثانوية تبوك بمدينة الرياض بلغ عددهم (١١٣) طالباً؛ لاستخلاص الخصائص السيكومترية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي على البيئة السعودية كما يلي:

صدق المقياس:

أ- الصدق الداخلي: تم حساب معاملات الصدق الداخلي بحساب معاملات ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس، وكذلك بحساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس، ويوضح جدولي (٨، و٩) تلك النتائج:

جدول (٨) معاملات ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس

التوافق النفسي	
م	معامل الارتباط
١	٠،٣٢**
٢	٠،٣١**
٣	٠،٠٥
٤	٠،٤٧**
٥	٠،٢٧**
٦	٠،١٠*
٧	٠،٤٩**
٨	٠،٤٣**
٩	٠،٣٢**
١٠	٠،٤٨**
١١	٠،٤٧**
١٢	٠،١٧*
١٣	٠،٢٦**
١٤	٠،٤٤**
١٥	٠،٤٤**
١٦	٠،٤٩**
١٧	٠،١٨*
١٨	٠،١٩*

التوافق الأسري	
م	معامل الارتباط
١	٠،٠٨
٢	٠،٣٥**
٣	٠،٥٨**
٤	٠،٢٥**
٥	٠،٥١**
٦	٠،٦٠**
٧	٠،٥٧**
٨	٠،٥٠**
٩	٠،٠١
١٠	٠،٣٧**
١١	٠،٦١**
١٢	٠،٢١**
١٣	٠،٢٦**
١٤	٠،٥٦**
١٥	٠،٦٤**
١٦	٠،٤٦**
١٧	٠،٥٧**
١٨	٠،٣٠**

التوافق المدرسي	
م	معامل الارتباط
١	٠،٠٨
٢	٠،٤٦**
٣	٠،١٤*
٤	٠،٢١**
٥	٠،٣٤**
٦	٠،١٣*
٧	٠،٤٣**
٨	٠،٣١**
٩	٠،١٦*
١٠	٠،٤٥**
١١	٠،٤٠**
١٢	٠،٥٨**
١٣	٠،٤٨**
١٤	٠،٥٣**
١٥	٠،٤٢**
١٦	٠،٦١**
١٧	٠،٠٣
١٨	٠،٣٤

التوافق الاجتماعي	
م	معامل الارتباط
١	٠،٤٢**
٢	٠،٥١**
٣	٠،٥١**
٤	٠،٦٠**
٥	٠،٥٧**
٦	٠،١٠
٧	٠،٥٧**
٨	٠،٥١**
٩	٠،٣٩**
١٠	٠،٥٣**
١١	٠،٣٧**
١٢	٠،٥٧**
١٣	٠،٤٥**
١٤	٠،٤٥**
١٥	٠،٤٤**
١٦	٠،٤٤**
١٧	٠،٤٨**
١٨	٠،٦٢**

١٩	٠،٤٢**	١٩	٠،٦٠**	١٩	٠،٤٩	١٩	٠،٥٥**
٢٠	٠،٤٦**	٢٠	٠،٥١**	٢٠	٠،٤٨	٢٠	٠،٥٣**
٢١	٠،٥٣**	٢١	٠،٠١**	٢١	٠،٠٢	٢١	٠،٤٣**
٢٢	٠،٤٢**	٢٢	٠،٤٠**	٢٢	٠،٥٥**	٢٢	٠،١٧*
٢٣	٠،٢٥**	٢٣	٠،٢٧**	٢٣	٠،٥١**	٢٣	٠،٤٣**
٢٤	٠،٣٨**	٢٤	٠،٥٢**	٢٤	٠،٢١**	٢٤	٠،٥٨**
٢٥	٠،٣٦**	٢٥	٠،٣٥**	٢٥	٠،٢٦**	٢٥	٠،٤٦**

**** دالة عند مستوى ٠،٠١   * دالة عند مستوى ٠،٠٥**

جدول (٩) مصفوفة معاملات الارتباط بين درجات كل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس

البعد	التوافق النفسي	التوافق الأسري	التوافق المدرسي	التوافق الاجتماعي	المقياس ككل
التوافق النفسي	-	٠،٣٣**	٠،٣٩**	٠،٥٦**	٠،٧٥**
التوافق الأسري		-	٠،٤٩**	٠،٢٢*	٠،٧١**
التوافق المدرسي			-	٠،٣١**	٠،٧٣**
التوافق الاجتماعي				-	٠،٧٤**
المقياس ككل					-

**** دالة عند مستوى ٠،٠١   * دالة عند مستوى ٠،٠٥**

يتضح من جدول (٨) أن معظم معاملات ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس دالة عند مستوى ٠،٠١.

ويتضح من جدول (٩) أن معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس كانت دالة عند مستوى ٠،٠١؛ حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (٠،٧١ - ٠،٧٥)؛ الأمر الذي يشير إلى أن المقياس يتمتع بصدق داخلي.

ب- الصدق التمييزي: قام الباحث بحساب الصدق التمييزي لكل بعد من أبعاد مقياس التوافق النفسي والاجتماعي؛ حيث تم ترتيب درجات أفراد العينة الاستطلاعية ترتيباً تنازلياً في الدرجة الكلية للمقياس، وتم تقسيم الدرجات إلى طرفين حسب الإرباعيات؛ حيث يمثل الطرف العلوي الإرباعي الأعلى وهم أولئك الطلاب من العينة الاستطلاعية الذين حصلوا على درجة أكبر من أو تساوي ٣٠٥، ويمثل الطرف السفلي الإرباعي الأدنى وهم أولئك الطلاب من العينة الاستطلاعية الذين حصلوا على درجة أقل من أو تساوي ٢٦٩، ثم بعد ذلك تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين، ثم حساب قيمة "ت" بين الطرفين والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (١٠) الصدق التمييزي لأبعاد مقياس التوافق النفسي والاجتماعي

م	البــعد	الإرباعي الأعلى		الإرباعي الأدنى		قيمة "ت"
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	
١	التوافق النفسي	٨٣،٠٤	٤،٥	٦٧،٨٢	٦،٤٤	٩،٧٢*
٢	التوافق الأسري	٧٧،٩٢	٦،٧	٦١،٣٢	٩،٠٤	٧،٤١*
٣	التوافق المدرسي	٧٥،٤٥	٦،٨٦	٦١،٣٢	٧،٢٨	٧،١٧*
٤	التوافق الاجتماعي	٨٢،٩٢	٧،٧٤	٦٣،٦٤	١٠،٠٢	٧،٦٦*
	المقياس ككل	٣١٩،٣٣	١١،٦٤	٢٥٤،١١	١٤،٢٧	١٧،٨٧*

*** دالة عند مستوى ٠،٠١**

يتضح من جدول (١٠) أن معاملات الصدق التمييزي لأبعاد مقياس التوافق النفسي والاجتماعي قد تراوحت ما بين (٧،٤٢ - ٩،٦٩) وهي قيم دالة عند مستوى ٠,٠١، كما أن معامل الصدق التمييزي للمقياس ككل بلغ (١٧،٧٢) وهي قيمة دالة أيضاً عند مستوى ٠,٠١؛ مما يشير إلى أن المقياس بأبعاده الفرعية يتمتع بالقدرة على الصدق التمييزي.

ثبات المقياس باستخدام ألفا كرونباخ: تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، والجدول التالي رقم (١١) يوضح ذلك.

جدول (١١) معاملات ثبات كل بعد من أبعاد المقياس باستخدام ألفا كرونباخ

البعد	التوافق النفسي	التوافق الأسري	التوافق المدرسي	التوافق الاجتماعي	المقياس ككل
معامل ألفا	٠،٦٩	٠،٧٢	٠،٦٩	٠،٧٣	٠،٨٣

يتضح من جدول (٦) أن معاملات ثبات أبعاد المقياس باستخدام ألفا كرونباخ قد تراوحت ما بين (٠،٦٩ - ٠،٧٢)؛ وهي قيم مقبولة إلى حد ما؛ أما معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل فقد بلغت قيمته (٠،٨٣)؛ الأمر الذي يشير إلى تمتع المقياس بثبات مقبول.

تحديد الزمن المناسب للمقياس: قام الباحث بحساب الزمن المناسب للإجابة عن المقياس؛ حيث تم رصد زمن أول طالب انتهى من المقياس، وآخر طالب انتهى من المقياس، وحسب المتوسط الزمني لهما؛ فوجد أن الزمن المناسب للإجابة عن المقياس هو (٤٥) دقيقة تقريباً.

النسخة النهائية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي *:

بعد الضبط الإحصائي لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي في البيئة السعودية المرحلة الثانوية، والتأكد من صدقه وثباته، وحساب الزمن المناسب له؛ أصبح المقياس في صورته النهائية، ويتكون من:

أ - صفحة التعليمات؛ حيث يوضح فيها كيفية الإجابة عن بنود المقياس.

ب- بنود المقياس التي بلغ عددها (١٠٠) بنداً موزعة على أربعة أبعاد، ويعقب كل بنـد أربع استجابات: أوافق (دائماً - أحياناً - نادراً)، ولا أوافق، ويوضح جـدول (١٢) توزيع البنود على أبعاد المقياس.

---

* ملحق (٣) مقياس التوافق النفسي والاجتماعي

ج - رصد الدرجات: تصحح الإجابات برصد درجة واحدة للإجابة (لا أوافق)، ودرجتين للإجابة (أوافق نادراً)، وثلاث درجات للإجابة (أوافق أحياناً)، وأربع درجات للإجابة (أوافق دائماً) بالنسبة للعبارات الموجبة، وتعكس الدرجات في حالة العبارات السالبة.

جدول (١٢)

توزيع البنود على أبعاد المقياس في صورته النهائية

البعد	**البنود الموجبة**	**البنود السالبة**	**ا موع**
التوافق النفسي	١، ٣، ٦، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٤، ١٥، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٣، ٢٤، ٢٥	٢، ٤، ٥، ٧، ١٢، ١٣	٢٥
التوافق الأسري	٢٧، ٢٨، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٣٧، ٤١، ٤٢، ٤٧، ٤٨، ٥٠	٢٦، ٢٩، ٣٠، ٣٦، ٣٨، ٣٩، ٤٠، ٤٣، ٤٤، ٤٥، ٤٦، ٤٩،	٢٥
التوافق المدرسي	٥١، ٥٢، ٥٣، ٥٤، ٥٥، ٥٧، ٥٩، ٦٠، ٦١، ٦٢، ٦٣، ٦٤، ٦٥، ٦٦، ٦٩، ٧٠، ٧٢، ٧٣	٥٦، ٥٨، ٦٧، ٦٨، ٧١، ٧٤، ٧٥	٢٥
التوافق الاجتماعي	٧٦، ٧٧، ٧٨، ٧٩، ٨٠، ٨٢، ٨٣، ٨٤، ٨٥، ٨٦، ٨٧، ٨٨، ٨٩، ٩٠، ٩١، ٩٢، ٩٣، ٩٤، ٩٥، ٩٧، ٩٨، ٩٩، ١٠٠	٨١، ٩٦،	٢٥
ا موع			١٠٠

وعليه تصبح الدرجة الدنيا للمقياس (١٠٠×١= ١٠٠) درجة؛ وتمثل أرضية المقياس، والدرجة القصوى للمقياس (١٠٠×٤= ٤٠٠) درجة؛ وتمثل سقف المقياس.

رابعاً: أساليب المعالجة الإحصائية :

تستخدم الدراسة الحالية الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإحصائيات الوصفية للوقوف على أبعاد إدمان الإنترنت، وأبعاد التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض.
- معاملات ارتباط بيرسون لتحديد العلاقات الارتباطية بين أبعاد إدمان الإنترنت وأبعاد التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- اختبار (ت) للفرق بين متوسطي عينتين مستقلتين لتعرف الفروق الدالة بين متوسطات درجات طلاب القسم الشرعي وطلاب القسم الطبيعي في أبعاد إدمان الإنترنت.
- اختبار (ت) للفرق بين متوسطي عينتين مستقلتين لتعرف الفروق الدالة بين متوسطات درجات الطلاب مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت في أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي.

ويعرض الفصل التالي، أهم نتائج البحث لتحديد المستوى الفارق لإدمان الإنترنت لدى عينة الدراسة كطلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، وتحديد العلاقات الارتباطية بين أبعاد إدمان الإنترنت وأبعاد التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب العينة، وتعرف الفروق بين متوسطات درجات الطلاب القسمين الطبيعي والشرعي في أبعاد إدمان الإنترنت، وكذلك بين مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت في أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي.

الفصل الرابع

(عرض وتحليل بيانات الدراسة ومناقشة النتائج)

الفصل الرابع

(عرض وتحليل بيانات الدراسة ومناقشة النتائج)

مقدمة:

يستعرض هذا الفصل، النتائج التي خلصت إليها الدراسة الميدانية بعد تطبيق مقياس إدمان الإنترنت، ومقياس التوافق النفسي والاجتماعي على أفراد عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، والتحقق من صحة الفروض الرئيسة والفرعية بعد إجراء التحليلات الإحصائية المناسبة.. وفيما يلي تفصيلٌ لذلك:

عرض النتائج:

الإجابة عن السؤال الأول:

ينص السؤال الأول على ما يلي:

ما المستوى الفارق لتحديد إدمان الانترنت بالنسبة لطلبة المرحلة الثانوية في مدينة الرياض ؟

للإجابة عن هذا السؤال، قام الباحث بحساب الإرباعيات الخاصة بدرجات الطلاب أفراد عينة الدراسة في الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت، وقد بلغت قيمة الإرباعي الأدنى ١٨٩ درجة على مقياس إدمان الإنترنت، في حين بلغت قيمة الإرباعي الأعلى ٢٨٠ درجة على مقياس إدمان الإنترنت، ومن ثم فإن الطلاب مدمني الإنترنت هم أولئك الطلاب الذين حصلوا على درجة تساوي أو أكبر من ٢٨٠ درجة، وأن الطلاب غير مدمني الإنترنت هم أولئك الذين حصلوا على درجة تساوي أو أصغر من ١٨٩ درجة على مقياس الإنترنت، ويوضح جدول (١٣) تكرارات درجات أفراد العينة والنسب المئوية في الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت

جدول (١٣)

تكرارات درجات أفراد العينة والنسب المئوية في الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت

الإرباعي	فئات الدرجات	التكرار	النسب المئوية	مجموع التكرارات	مجموع النسب المئوية
الإرباعي الأدنى الطلاب غير مدمني الإنترنت	أقل من ١٢٩	١٦	٤،٥٧٪	٨٧	٢٤،٨٦٪
	١٣٠-١٣٩	١٢	٣،٤٣٪		
	١٤٠-١٤٩	١٢	٣،٤٣٪		
	١٥٠-١٥٩	١٥	٤،٢٩٪		
	١٦٠-١٦٩	١٥	٤،٢٩٪		
	١٧٠-١٧٩	١٠	٢،٨٦٪		
	١٨٠-١٨٩	٧	٢،٠٠٪		
الإرباعي الثاني الطلاب العاديين	١٩٠-١٩٩	٩	٢،٥٧٪	١٧٠	٤٨،٥٧٪
	٢٠٠-٢٠٩	١٦	٤،٥٧٪		
	٢١٠-٢١٩	٢٤	٦،٨٦٪		
	٢٢٠-٢٢٩	٢٦	٧،٤٣٪		
	٢٣٠-٢٣٩	٢١	٦،٠٠٪		
	٢٤٠-٢٤٩	١٩	٥،٤٣٪		
	٢٥٠-٢٥٩	١٩	٥،٤٣٪		
	٢٦٠-٢٦٩	٢١	٦،٠٠٪		
	٢٧٠-٢٧٩	١٥	٤،٢٩٪		
الإرباعي الأعلى الطلاب مدمني الإنترنت	٢٨٠-٢٨٩	٢٠	٥،٧١٪	٩٣	٢٦،٥٧٪
	٢٩٠-٢٩٩	١١	٣،١٤٪		
	٣٠٠-٣٠٩	١٤	٤،٠٠٪		
	٣١٠-٣١٩	٩	٢،٥٧٪		
	٣٢٠-٣٢٩	١٤	٤،٠٠٪		
	٣٣٠-٣٣٩	١٢	٣،٤٣٪		
	أعلى من ٣٤٠	١٣	٣،٧١٪		

يتضح من نتائج جدول (١٣) أن عدد الطلاب الذين صنفوا على أ م غير مدمنين للإنترنت ٨٧ طالباً بنسبة مئوية قدرها (٢٤،٨٦٪)؛ وهم أولئك الطلاب الذين حصلوا على درجات تقل عن أو تساوي ١٨٩ درجة على مقياس إدمان الإنترنت؛ وهي درجة الإرباعي الأدنى.

في حين كان عدد الطلاب الذين صنفوا على أ م مدمنو للإنترنت ٩٣ طالباً بنسبة مئوية قدرها (٢٦،٥٧٪)؛ وهم أولئك الطلاب الذين حصلوا على درجات تساوي أو أعلى من ٢٨٠ على مقياس إدمان الإنترنت؛ وهي درجة الإرباعي الأعلى.

الإجابة عن السؤال الثاني:

ينص السؤال الثاني على ما يلي:

هل توجد علاقة ارتباطية بين إدمان الإنترنت والتوافق النفسي الاجتماعي لـدى طلاب المرحلة الثانوية ؟

وفي ضوء هذا السؤال تم صياغة الفرض الأول التالي:

توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠،٠٥ بين إدمـان الانترنت وكل من أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

ولاختبار صحة هذا الفرض؛ قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت، وبين الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي وأبعاده المختلفة بطريقة بيرسون للطرفين (Pearson Correlation at 2 tailed)، ويوضح الجدول التالي تلك النتائج:

جدول (١٤) معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت والدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي وأبعاده لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض

البعد	التوافق النفسي	التوافق الأسري	التوافق المدرسي	التوافق الاجتماعي	الدرجة الكلية لمقياس التوافق
الدرجة الكلية للإدمان	- ٠,٣٣**	- ٠,٥٨**	- ٠,٥٤**	- ٠,٣٤**	- ٠,٥٤**

يتضح من جدول (١٤) أن هناك علاقة ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت، والدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي؛ حيث بلغ معامل الارتباط (- ٠،٥٤) وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).

كما يتضح من جدول (١٤) أن هناك علاقة ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت، ودرجة بعد التوافق النفسي؛ حيث بلغ معامل الارتباط (- ٠،٣٣) وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).

ويشير جدول (١٤) أن هناك علاقة ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت، ودرجة بعد التوافق الأسري؛ حيث بلغ معامل الارتباط (- ٠،٥٨) وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).

كما يتضح من جدول (١٤) أن هناك علاقة ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت، ودرجة بعد التوافق المدرسي؛ حيث بلغ معامل الارتباط (- ٠،٥٤) وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).

وأخيراً يتضح من جدول (١٤) أن هناك علاقة ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت، ودرجة بعد التوافق الاجتماعي؛ حيث بلغ معامل الارتباط (- ٠،٣٤) وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).

ولكي تكتمل الصورة بالنسبة لهذه الارتباطات قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بين درجات أبعاد إدمان الإنترنت، وأبعاد التوافق النفسي الاجتماعي، ودرجة المقياس الكلية كما هو موضح بجدول (١٥).

جدول (١٥)

معاملات الارتباط بين درجات أبعاد مقياس إدمان الإنترنت والدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي وأبعاده لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض

البعد	التوافق النفسي	التوافق الأسري	التوافق المدرسي	التوافق الاجتماعي	الدرجة الكلية لمقياس التوافق
البروز	- ٠,٢٥**	- ٠,٥٢**	- ٠,٤٦**	- ٠,٢٧**	- ٠,٤٥**

تابع جدول (١٥)

معاملات الارتباط بين درجات أبعاد مقياس إدمان الإنترنت والدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي وأبعاده لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض

البعد	التوافق النفسي	التوافق الأسري	التوافق المدرسي	التوافق الاجتماعي	الدرجة الكلية لمقياس التوافق
تعديل المزاج	- ٠,٢٨**	- ٠,٥١**	- ٠,٥**	- ٠,٢٦**	- ٠,٤٦**
التحمل	- ٠,٢٨**	- ٠,٥١**	- ٠,٥١**	- ٠,٣٣**	- ٠,٥**
الأعراض الانسحابية	- ٠,٢٧**	- ٠,٤٨**	- ٠,٤٤**	- ٠,٣١**	- ٠,٤٦**
الصراع	- ٠,٣٨**	- ٠,٥٨**	- ٠,٥١**	- ٠,٣٤**	- ٠,٥٤**
الانتكاس	- ٠,٢٨**	- ٠,٥١**	- ٠,٤٦**	- ٠,٣٣**	- ٠,٤٨**
الاعتمادية	- ٠,٣٥**	- ٠,٥٧**	- ٠,٥٣**	- ٠,٢٩**	- ٠,٥٢**
سوء الاستخدام	- ٠,٣٥**	- ٠,٥٠**	- ٠,٥١**	- ٠,٣٢**	- ٠,٥١**

N=93

يتضح من نتائج جدول (١٥) ما يلي:

- وجود علاقات ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين بعد البروز في مقياس إدمان الإنترنت، وبين أبعاد التوافق النفسي، والأسري، والمدرسي، والاجتماعي، والدرجة الكلية لمقياس التوافق؛ حيث بلغت معاملات الارتباط بينها على التوالي (- ٠,٢٥، - ٠,٥٢، - ٠,٤٦، - ٠,٢٧، - ٠,٤٥)، وكلها دالة عند مستوى (٠،٠١).
- وجود علاقات ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين بعد تعديل المزاج في مقياس إدمان الإنترنت، وبين أبعاد التوافق النفسي، والأسري، والمدرسي، والاجتماعي، والدرجة الكلية لمقياس التوافق؛ حيث بلغت معاملات الارتباط بينها على التوالي (- ٠,٢٨، - ٠,٥١، - ٠,٥، - ٠,٢٦، - ٠,٤٦)، وكلها دالة عند مستوى (٠،٠١).
- وجود علاقات ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين بعد التحمل في مقياس إدمان الإنترنت، وبين أبعاد التوافق النفسي، والأسري، والمدرسي، والاجتماعي، والدرجة الكلية لمقياس التوافق؛ حيث بلغت معاملات الارتباط بينها على التوالي (- ٠,٢٨، - ٠,٥١، - ٠,٥١، - ٠,٣٣، - ٠,٥)، وكلها دالة عند مستوى (٠،٠١).
- وجود علاقات ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين بعد الأعراض الانسحابية في مقياس إدمان الإنترنت، وبين أبعاد التوافق النفسي، والأسري، والمدرسي، والاجتماعي، والدرجة الكلية لمقياس التوافق؛ حيث بلغت معاملات الارتباط بينها على التوالي (- ٠,٢٧، - ٠,٤٨، - ٠,٤٤، - ٠,٣١، - ٠,٤٦)، وكلها دالة عند مستوى (٠،٠١).
- وجود علاقات ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين بعد الصراع في مقياس إدمان الإنترنت، وبين أبعاد التوافق النفسي، والأسري، والمدرسي، والاجتماعي، والدرجة الكلية لمقياس التوافق؛ حيث بلغت معاملات الارتباط بينها على التوالي (- ٠,٣٨، - ٠,٥٨، - ٠,٥١، - ٠,٣٤، - ٠,٥٤)، وكلها دالة عند مستوى (٠،٠١).

- وجود علاقات ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين بعد الانتكاس في مقياس إدمان الإنترنت، وبين أبعاد التوافق النفسي، والأسري، والمدرسي، والاجتماعي، والدرجة الكلية لمقياس التوافق؛ حيث بلغت معاملات الارتباط بينها على التوالي (- ٠,٢٨، - ٠,٥١، - ٠,٤٦، - ٠,٣٣، - ٠,٤٨)، وكلها دالة عند مستوى (٠،٠١).
- وجود علاقات ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين بعد الاعتمادية في مقياس إدمان الإنترنت، وبين أبعاد التوافق النفسي، والأسري، والمدرسي، والاجتماعي، والدرجة الكلية لمقياس التوافق؛ حيث بلغت معاملات الارتباط بينها على التوالي (- ٠,٣٥، - ٠,٥٧، - ٠,٥٣، - ٠,٢٩، - ٠,٥٢)، وكلها دالة عند مستوى (٠،٠١).
- وجود علاقات ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين بعد سوء الاستخدام في مقياس إدمان الإنترنت، وبين أبعاد التوافق النفسي، والأسري، والمدرسي، والاجتماعي، والدرجة الكلية لمقياس التوافق؛ حيث بلغت معاملات الارتباط بينها على التوالي (- ٠,٣٥، - ٠,٥٠، - ٠,٥١، - ٠,٣٢، - ٠,٥١)، وكلها دالة عند مستوى (٠،٠١).

وهكذا يتضح صحة الفرض الأول الذي نص على:

توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠،٠٥بين إدمان الانترنت وكل من أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

الإجابة عن السؤال الثالث:

ينص السؤال الثالث على ما يلي:

هل توجد فروق دالة إحصائياً بين **درجات مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت من طلاب المرحلة الثانوية** في **مقياس التوافق النفسي والاجتماعي ؟**

وفي ضوء هذا السؤال تم صياغة الفرض الثاني التالي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠،٠٥ بين **مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت من طلاب المرحلة الثانوية** في **كل من أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي.**

ولكي يتم اختبار هذا الفرض، قام الباحث بحساب قيم "ت" للفرق بين متوسطي عينتين مستقلتين؛ حيث تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بين كل من الطلاب مدمني الإنترنت والطلاب غير مدمني الإنترنت؛ وذلك في كل من أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي، ثم حساب قيم "ت" للفرق بين كل متوسطين؛ وذلك باستخدام برنامج SPSS ، ويوضح جدول (١٦) تلك النتائج:

جدول (١٦)

قيم "ت" للفروق بين متوسطات درجات الطلاب مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت في كل من أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي والدرجة الكلية للمقياس

البعد	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	الدلالة
التوافق النفسي	**المدمنون**	٩٣	٦٧،٠٨	١١،٣٩	٥،١١	**دالة عند مستوى ٠،٠١**
	غير المدمنين	٨٧	٧٥،٣٦	١٠،٢٧		
التوافق الأسري	**المدمنون**	٩٣	٥٩،٧٦	١٠،٧١	٩،٦٤	**دالة عند مستوى ٠،٠١**
	غير المدمنين	٨٧	٧٤،٢٠	٩،٢٦		

تابع جدول (١٦)

قيم "ت" للفروق بين متوسطات درجات الطلاب مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت في كل من أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي والدرجة الكلية للمقياس

البعد	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	الدلالة
التوافق المدرسي	**المدمنون**	٩٣	٦٠،٣٣	٩،٣٠	٨،٤٨	**دالة عند مستوى ٠،٠١**
	غير المدمنين	٨٧	٧٢،٤٦	٩،٨٨		

التوافق الاجتماعي	**المدمنون**	٩٣	٦٥،١١	١٣،٨٩	٥،٧٩	**دالة عند مستوى ٠،٠١**
	غير المدمنين	٨٧	٧٦،٥٦	١٢،٥٦		
الدرجة الكلية للتوافق	**المدمنون**	٩٣	٢٥٢،٢٨	٣٩،٠٠	٨،٦١	**دالة عند مستوى ٠،٠١**
	غير المدمنين	٨٧	٢٩٨،٥٧	٣٢،٦٢		

يتضح من جدول (١٦) ما يلي:

- وجود فارق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطي درجات الطلاب المدمنين للإنترنت وغير المدمنين للإنترنت في بعد التوافق النفسي لصالح الطلاب غير المدمنين للإنترنت؛ حيث كانت قيمة "ت" للفرق بين المتوسطين (٥،١١)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).
- وجود فارق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطي درجات الطلاب المدمنين للإنترنت وغير المدمنين للإنترنت في بعد التوافق الأسري لصالح الطلاب غير المدمنين للإنترنت؛ حيث كانت قيمة "ت" للفرق بين المتوسطين (٩،٦٤)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).
- وجود فارق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطي درجات الطلاب المدمنين للإنترنت وغير المدمنين للإنترنت في بعد التوافق المدرسي لصالح الطلاب غير المدمنين للإنترنت؛ حيث كانت قيمة "ت" للفرق بين المتوسطين (٨،٤٨)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).
- وجود فارق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطي درجات الطلاب المدمنين للإنترنت وغير المدمنين للإنترنت في بعد التوافق الاجتماعي لصالح الطلاب غير المدمنين للإنترنت؛ حيث كانت قيمة "ت" للفرق بين المتوسطين (٥،٧٩)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).
- وجود فارق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطي درجات الطلاب المدمنين للإنترنت وغير المدمنين للإنترنت في الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي لصالح الطلاب غير المدمنين للإنترنت؛ حيث كانت قيمة "ت" للفرق بين المتوسطين (٨،٦١)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).

وهكذا يتضح صحة الفرض الثاني الذي نص على:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠،٠٥ بين مدمني الإنترنـت وغـير مدمني الإنترنت من طلاب المرحلة الثانوية في كل من أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي.

الإجابة عن السؤال الرابع:

ينص السؤال الرابع على ما يلي:

هل توجد فروق دالة إحصائياً بين **درجات طلاب المرحلـة الثانويـة بقـسميها الشرعي والطبيعي** في **مقياس إدمان الإنترنت.**

وفي ضوء هذا السؤال تم صياغة الفرض الثالث التالي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠،٠٥بين طلاب المرحلة الثانوية بقسميها الشرعي والطبيعي في إدمان الإنترنت.

ولكي يتم اختبار هذا الفرض، قام الباحث بحساب قيم "ت" للفرق بين متوسطي عينتين مستقلتين؛ حيث تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بين أفراد عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بقسميها الشرعي والطبيعي؛ وذلك في كل من أبعاد إدمان الإنترنت، والدرجة الكلية لإدمان الإنترنت، ثم حساب قيم "ت" للفرق بين كل متوسطين؛ وذلك باستخدام برنامج SPSS ، ويوضح جدول (١٧) تلك النتائج:

جدول (١٧)

قيم "ت" للفروق بين متوسطات درجات الطلاب بقسمي الشرعي والطبيعي في كل من أبعاد مقياس إدمان الإنترنت والدرجة الكلية للمقياس

البعد	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	الدلالة
البروز	الشرعي	١٦٠	٣٤،٥٢	٨،٥٩	٤،٧٤	دالة عند مستوى ٠،٠١
	الطبيعي	١٩٠	٣٠،١٤	٨،٦٥		
تعديل المزاج	الشرعي	١٦٠	٣٣،٩٨	٨،٧٣	٣،١٦	دالة عند مستوى ٠،٠١
	الطبيعي	١٩٠	٣٠،٩٤	٩،١٣		
التحمل	الشرعي	١٦٠	٣١،٥٤	٨،٤٧	٣،٦٤	دالة عند مستوى ٠،٠١
	الطبيعي	١٩٠	٢٨،٠٦	٩،٢٣		
الأعراض الانسحابية	الشرعي	١٦٠	٣١،٢١	٨،٠٢	٣،٩٦	دالة عند مستوى ٠،٠١
	الطبيعي	١٩٠	٢٧،٦٤	٨،٧٢		
الصراع	الشرعي	١٦٠	٣٠،٦٩	٩،٠١	٤،٧٩	دالة عند مستوى ٠،٠١
	الطبيعي	١٩٠	٢٦،٣٤	٧،٩٨		
الانتكاس	الشرعي	١٦٠	٢٤،١٥	٧،٥٠	٣،٣٠	دالة عند مستوى ٠،٠١
	الطبيعي	١٩٠	٢١،٥٩	٧،٠٠		
الاعتمادية	الشرعي	١٦٠	٣٢،٩٩	٨،٨٩	٣،٠٠	دالة عند مستوى ٠،٠١
	الطبيعي	١٩٠	٣٠،٢١	٨،٤٣		
سوء الاستخدام	الشرعي	١٦٠	٣٠،٦٧	٩،٠٦	٢،٢١	غير دالة
	الطبيعي	١٩٠	٢٨،٥٩	٨،٥٥		
الدرجة الكلية للإدمان	الشرعي	١٦٠	٢٤٩،٧٤	٦١،٥٦	٣،٩٧	دالة عند مستوى ٠،٠١
	الطبيعي	١٩٠	٢٢٣،٥٠	٦١،٦٩		

يتضح من جدول (١٧) ما يلي:

- وجود فارق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطي درجات الطلاب بالقسم الشرعي والطبيعي في بعد البروز لصالح الطلاب بالقسم الشرعي؛ حيث كانت قيمة "ت" للفرق بين المتوسطين (٤،٧٤)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).

- وجود فارق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطي درجات الطلاب بالقسم الشرعي والطبيعي في بعد تعديل المزاج لصالح الطلاب بالقسم الشرعي؛ حيث كانت قيمة "ت" للفرق بين المتوسطين (٣،١٦)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).
- وجود فارق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطي درجات الطلاب بالقسم الشرعي والطبيعي في بعد التحمل لصالح الطلاب بالقسم الشرعي؛ حيث كانت قيمة "ت" للفرق بين المتوسطين (٣،٦٤)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).
- وجود فارق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطي درجات الطلاب بالقسم الشرعي والطبيعي في بعد الأعراض الانسحابية لصالح الطلاب بالقسم الشرعي؛ حيث كانت قيمة "ت" للفرق بين المتوسطين (٣،٩٦)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).
- وجود فارق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطي درجات الطلاب بالقسم الشرعي والطبيعي في بعد الصراع لصالح الطلاب بالقسم الشرعي؛ حيث كانت قيمة "ت" للفرق بين المتوسطين (٤،٧٠)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).
- وجود فارق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطي درجات الطلاب بالقسم الشرعي والطبيعي في بعد الانتكاس لصالح الطلاب بالقسم الشرعي؛ حيث كانت قيمة "ت" للفرق بين المتوسطين (٣،٣٨)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).
- وجود فارق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطي درجات الطلاب بالقسم الشرعي والطبيعي في بعد الاعتمادية لصالح الطلاب بالقسم الشرعي؛ حيث كانت قيمة "ت" للفرق بين المتوسطين (٣،٣٢)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).
- عدم وجود فارق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب بالقسم الشرعي والطبيعي في بعد سوء الاستخدام؛ حيث كانت قيمة "ت" للفرق بين المتوسطين (٢،٢١)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً.
- وجود فارق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطي درجات الطلاب بالقسم الشرعي والطبيعي في الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت لصالح الطلاب

بالقسم الشرعي؛ حيث كانت قيمة "ت" للفرق بين المتوسطين (٤،٠٩)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).

وهكذا يتضح قبول الفرض الثالث الذي نص على:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠،٠٥بين طلاب المرحلة الثانوية بقسميها الشرعي والطبيعي في إدمان الإنترنت.

تحليل النتائج ومناقشتها:

مناقشة إجابة السؤال الأول:

نص السؤال الأول على ما يلي: ما المستوى الفارق لتحديد إدمان الانترنت بالنسبة لطلبة المرحلة الثانوية في مدينة الرياض ؟

للإجابة عن هذا السؤال، قام الباحث بحساب إرباعيات درجات الطلاب أفراد عينة الدراسة في مقياس إدمان الإنترنت.

وخلصت النتائج عن أن عدد الطلاب الذين صنفوا على أ م غير مدمنين للإنترنت ٨٧ طالباً بنسبة مئوية قدرها (٢٤،٨٦٪)؛ وهم أولئك الطلاب الذين حصلوا على درجات تقل عن أو تساوي ١٨٩ درجة على مقياس إدمان الإنترنت؛ وهي درجة الإرباعي الأدنى.

في حين كان عدد الطلاب الذين صنفوا على أ م مدمنو للإنترنت ٩٣ طالباً بنسبة مئوية قدرها (٢٦،٥٧٪)؛ وهم أولئك الطلاب الذين حصلوا على درجات تساوي أو أعلى من ٢٨٠ على مقياس إدمان الإنترنت؛ وهي درجة الإرباعي الأعلى.

ويتضح من هذه النتائج أن نسبة مدمني الإنترنت من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض تتفق مع المعدلات العالمية لإدمان الإنترنت؛ ففي دراسة "إيجير وراوتربيرج" (Egger & Rauterbergm 1996) حددت النسبة المئوية لعدد مدمني الإنترنت من خلال عينة بلغت ٤٥٠ فرداً من سويزلاند، وهي ١٠٪ على أساس أ م يقضون وقتاً طويلاً على شبكة

الإنترنت، ويشعرون بأ م أكثر قلقاً إذا تم إعاقة استخدامهم للإنترنت، ومن المحتمل أن يكون لديهم شعور بالاكتئاب وعدم الراحة إذا قضوا وقتاً طويلاً على الإنترنت.

في حين أن حددت دراسة "بيتري وجون" (Petrie & Gunn, 1998) نسبة مدمني الإنترنت على عينة مكونة من ٤٤٥ فرداً كانت (٤٦٪)، وهم أولئك الأفراد الذين يقضون وقتاً أطول على شبكة الإنترنت، ويكون لديهم اتجاهات إيجابية نحو الإنترنت.

وهذه النسب تتفق تماماً مع التقارير العالمية التي تفيد بأن استخدام شبكة الإنترنت ينمو بمعدل كبير

وقد أفاد الموقع العالمي (http://www.internetworldstats.com) بأن هناك أكثر من مليار و٨٠٠ مليون مستخدم للأنترنت وأن نسبة النمو من عام ٢٠٠٠م إلى عام ٢٠٠٩م بلغت ٢٦% وفي المملكة العربية السعودية بلغ عدد مستخدمي الانترنت ٧،٧٠٠،٠٠٠ ونسبة النمو ١٣٥٣%

ومع ذلك فإن الإحصاءات الحقيقية قد تكون أكبر بكثير من الأرقام الرسمية؛ فالدراسة الحالية والدراسات السابقة السالفة لم تشمل مقاهي الانترنت التي أنشئت في كل ركن من جميع المدن الرئيسية والصغيرة لتسهيل استخدام المراهقين من الفئات ذات الدخل المنخفض لشبكة الإنترنت.

وقد تعزو ارتفاع هذه النسب المئوية إلى أن شبكة الإنترنت أصبحت أكثر سهولة في التوصل إليها في المدارس والكليات والمكتبات العامة، بل أن استخدام الإنترنت قد أصبح إلزامياً في مجال الأعمال التجارية، سواء بالنسبة للبائع أم للمستهلك، وسماحه للمستخدم بمجموعة من التطبيقات العملية، مثل: القدرة على إجراء البحوث، والوصول إلى المكتبات العالمية .. الخ.

وكما أشارات نتائج دراسة "منصور" (٢٠٠٤م) أن الدافع الأول لاستخدام الإنترنت لدى الطلاب طلب المعرفة، يلي ذلك المتعة والترويح، ثم تكوين علاقات اجتماعية.

بالإضافة إلى ذلك؛ فإن تكلفة أجهزة الكمبيوتر أصبحت بأسعار معقولة؛ لذا أصبح عدد أجهزة الكمبيوتر المـ لية مرتفع بسرعة كبيرة. ومع سهولة الوصول إلى شبكة الإنترنت؛ أصبحت جزءا لا يتجزأ من حياتنا (Huang & Alessi, 1997).

مناقشة إجابة السؤال الثاني:

نص السؤال الثاني على ما يلي: هل توجد علاقة ارتباطية بين إدمان الإنترنت والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟

وفي ضوء هذا السؤال تم صياغة الفرض التالي: توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠،٠٥بين إدمان الانترنت وكل من أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

ولاختبار صحة هذا الفرض؛ قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت، وبين الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي وأبعاده المختلفة بطريقة بيرسون للطرفين كما هو موضح بجدول (١٤).

وقد أشارت النتائج المستخلصة من جدول (١٤) أن هناك علاقة ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت، والدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي؛ حيث بلغ معامل الارتباط (- ٠،٥٤) وهي قيمة دالة عند مستوى (٠،٠١).

واتضح من جدول (١٤) أن هناك علاقات ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت، ودرجات أبعاد التوافق النفسي، والتوافق الأسري، والتوافق المدرسي، والتوافق الاجتماعي.

وهذه النتائج تتفق مع نتائج دراستي "ليري" (٢٠٠٩م)، و"سهيل وبارجيز" (Suhail & Bargees, 2006) اللتان أشارتا إلى أن الاستخدام المفرط للإنترنت يسهم في خلق أمراض اجتماعية ونفسية مختلفة وتزيد من المشكلات الاجتماعية والأسرية، ويمكن

إرجاع هذه المشكلات إلى أن الوقت الذين يجلسون فيه حول الجهاز يكون على حساب ترك أسرهم لفترات ليست قصيرة؛ مما يؤدي إلى المشاحنات والمشاكل.

كما تتفق النتائج الحالية مع نتائج دراسات كل من: دراسة "بارك" (Park, 2009) التي أشارت إلى أن الزيادة في استخدام الإنترنت ارتبط إيجابياً بزيادة المخاطر من أعراض الاكتئاب، ودراسة "جولد وآخرون" (Gold *et al.*, 2004) التي أشارت إلى ارتفاع نسبة الذكور من المراهقين الذين يفرطون في استخدام الإنترنت من مشكلات الاكتئاب والقلق وسرعة الغضب والإحباط، ودراسة "الدندراوي" (٢٠٠٥م) التي خلصت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين إفراط المراهقين في استخدام الإنترنت وبين مشكلات الأعراض الاكتئابية ، واللامبالاة.

وأشارت نتائج دراسة "فورتسون وآخرون" (Fortson *et al.*, 2007) إلى أن الاكتئاب يرتبط بزيادة تكرار عدد مرات استخدام الانترنت لمقابلة الناس، والتجارب الاجتماعية، وفي المشاركة في غرف الدردشة، بقلة تكرار التطبيع الاجتماعي وجهاً لوجه.

ويؤيد ذلك نتائج دراسة "سيهان وسيهان" (Ceyhan & Ceyhan, 2008) التي خلصت إلى أن الشعور بالوحدة، والاكتئاب، والفعالية الذاتية في استخدام الكمبيوتر تعد مؤشرات دالة لمستويات إدمان الإنترنت.

وتتفق النتائج الحالية مع نتائج دراسة "أوزكان وبزلو" (Ozcan & Buzlu, 2007) التي خلصت إلى وجود ارتباط موجب بين إدمان الإنترنت وبين الشعور بالوحدة والاكتئاب، وارتباط سلبي بين إدمان الإنترنت وبين المساندة الاجتماعية المدركة.

وتشير نتائج دراسة "إيبلينج ويت وآخرون" (Ebeling-Witte *et al.*, 2007) إلى وجود علاقات ارتباطية دالة بين الخجل، واستخدام الإنترنت، وسمات الشخصية، وأن الخجل يمكن أن يتنبأ بالانطوائية، والعصابية، وإدمان الإنترنت، وهذا يتفق مع نتائج دراستي "أرنوط" (٢٠٠٧م) ، و"حسام الدين عزب" (٢٠٠١م) اللتان أشارت إلى وجود ارتباط دال إحصائيا بين الاضطرابات النفسية وأبعاد الشخصية وإدمان الإنترنت؛ الأمر الذي يشير

إلى الارتباط العكسي بين إدمان الإنترنت والصحة النفسية؛ وهذا يدعم نتائج دراسة "مودي" (Moody, 2001) التي تجد أن الإنترنت يقلل من الصحة النفسية الاجتماعية حتى ولو استخدم كأداة تواصلية.

ومن جهة أخرى اتفقت بعض الدراسات مثل: "صم وآخرون" (Sum *et al.*, 2008)، و"الشوربجي" (٢٠٠٥م)، و"باولاك" (Pawlak, 2002)، و"الكندري والقشعان" (٢٠٠١م)، ومودي" (Moody, 2001) على وجود علاقة إيجابية بين المدة الزمنية لاستخدام الإنترنت وبين العزلة الاجتماعية، وأن الطلاب الذين تعرضوا لمستويات مرتفعة من الوحدة، ومستويات منخفضة من المساندة الاجتماعية قد لجئوا إلى الإنترنت للتخفيف من حدة هذه المشاعر.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة "وارد" (Ward, 2000) التي أشارت إلى أن إدمان الإنترنت يمكن يتنبأ بالقلق النفسي بنسبة ٩٪، وبتقدير الذات بنسبة ١٠٪، وبالمشكلات الأكاديمية بنسبة ١٥٪.

ويعزو الباحث هذه النتائج إلى - وفقاً للاتجاه السلوكي - أن المكافآت التي توفرها شبكة الإنترنت مختلفة، وتحقق إشباعات تتراوح ما بين الإشباعات المعرفية، والعاطفية، والاجتماعية، والترفيهية، والتجارية؛ هذه المكافآت والإشباعات تشكل سلوك الإدمان ويصبح هذا السلوك نموذجي؛ مما يجعله يعزز هذا السلوك ويكرره. والأدهى من ذلك أن هذا الشعور لا يتغير في نوعه ولكنه يتغير في شدته ويصبح أشد وأشد مما يوقع الفرد في العديد من الاضطرابات السلوكية والنفسية والانفعالية.

وهذه الأشباعات والتعزيزات التي توفرها شبكة الإنترنت تجعل سلوكيا ا وأنشطتها من أهم الأنشطة وأكثرها قيمة في حياة الفرد، وتسيطر على تفكيره ومشاعره؛ حيث الانشغال البارز والزائد والتشوهات المعرفية واضطراب السلوك الاجتماعي والشعور باللهفة على القيام ذا النشاط، بل ويعتبر هذه الأنشطة كإستراتيجية للمواجهة لكي يتحاشى الآثار المترتبة على افتقادها وقد يصاحبها تحمل أو لا يصاحبها؛ مما يجعله يزيد من كميتها أو

مقدارها؛ وإذا حدث وأن انقطع عن هذا النشاط أو تقليله فجأة فإنه يعاني من مشاعر عدم الراحة أو السعادة.

كما يدعم تلك المزاعم الاتجاه السيكودينامى الذي يرى أن إدمان الإنترنت بمثابة استجابة هروبية من الإحباطات، وللرغبة في الحصول على لذة بديلة مباشرة لتحقيق الإشباع وأيضاً للرغبة في النسيان، وكذلك فإن الإفراط في استخدام ميكانيزم الإنكار هو أيضاً منبئ ومؤشر على إدمان هذا الفرد للإنترنت؛ فإتاحة الكمبيوتر ومجهولية التعاملات غير معروفة الاسم مع الآخرين؛ تعد عامل يبرز إدمان الإنترنت ويقدم محيط افتراضي ويغرس التهرب الذاتي من الصعوبات الانفعالية أو المواقف المشكلة والصعوبات الشخصية؛ وحينئذ يستخدم ميكانيزم "الهروب" أو أنه يخفف أوقات التوتر والضغوط النفسية ويعزز هذا السلوك في المستقبل.

والأشخاص المدمنون للإنترنت غالباً ما يعانون من الصراعات الداخلية الشعورية واللاشعورية، ويشعرون بعد إشباع حاجا م، فضلاً عن الصراعات الخارجية مع الآخرين، وعلى الرغم من إدراكهم للأضرار التي يسببها الاستخدام المفرط للإنترنت؛ فإ م يميلون للعودة مرة أخرى لأنشطة الإنترنت بدرجة أشد وأعمق. (ارنوط،٢٠٠٧م)

وكما أكدت مدرسة التحليل النفسي على أن الفرد يعيش في سلسلة من الصراعات لإشباع حاجاته ورغباته التي تثيرها دوافعه والتي يعقبها دائماً نجاح أو فشل، فإن النجاح يؤدي إلى حسن التوافق أما الفشل فيؤدي إلى سوء التوافق.

وحينما يشعر الشخص المدمن للإنترنت بانعدام الثقة في الذات والآخرين، والاعتمادية، والخجل، والشك، والمعاناة من مشاعر الذنب، وفقدان روح المبادرة، والشعور بعدم الكفاية، وعدم القدرة على الإنجاز، وفقدان الهوية، واضطراب الدور؛ وهي كلها مؤشرات سوء التوافق؛ فإنه يلجأ إلى شبكة الإنترنت التي تحقق له ما يبتغيه، فمن خلال شبكة الإنترنت يخلق دوراً افتراضياً يظهر فيه هويته المتصورة أو المرغوبة؛ فيعيش حياة افتراضية أو خيالية بعيدة عن الواقع؛ فيزيد من سوء توافقه بكافة أبعادها.

وتتفق نتائج الدراسة مع "روجرز" الذي يشير إلى أن الأفراد الذين يعانون من سوء التوافق يعبرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم فيما يتعلق بسلوكيا م غير المتسقة مع مفهومهم عن ذوا م، وأن سوء التوافق النفسي يمكن أن يستمر إذا ما حاول الأفراد الاحتفاظ ببعض الخبرات الانفعالية بعيداً عن مجال الإدراك أو الوعي؛ وينتج عن ذلك استحالة تنظيم مثل هذه الخبرات، أو توحيدها كجزء من الذات التي تتفكك، وتتبعثر نظراً لافتقاد الفرد قبوله لذاته، وهذا من شأنه أن يولد مزيداً من التوتر والأسى وسوء التوافق.

ولعله من أكثر الأسباب التي تؤدي بالشخص إلى إدمان الإنترنت هي شعوره معظم الوقت بوحدته، وأنه وحيد في هذا العالم، وشعوره بالعزلة عن الآخرين وكرهه للاختلاط بالآخرين منذ دخول الكمبيوتر حياته، وشعوره بعدم الثقة في نفسه؛ فيقضي معظم أوقاته في أنشطة الإنترنت على الكمبيوتر؛ لأن الكمبيوتر يفهمه أكثر من الآخرين، فأصبحت شبكة الإنترنت هي الذات البديلة للشخص لفشله في تحقيق ذاته؛ ويعتبرها أفضل صديق له.

مناقشة إجابة السؤال الثالث :

نص السؤال الثالث على ما يلي: هل توجد فروق دالة إحصائياً بين درجات مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت من طلاب المرحلة الثانوية في مقياس التوافق النفسي والاجتماعي ؟

وفي ضوء هذا السؤال تم صياغة الفرض التالي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠،٠٥ بين مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت من طلاب المرحلة الثانوية في كل من أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي.

ولكي يتم اختبار هذا الفرض، تم حساب قيم "ت" للفرق بين متوسطي كل من الطلاب مدمني الإنترنت والطلاب غير مدمني الإنترنت وذلك في كل من أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي كما هو موضح بجدول (١٦).

وقد أشارت النتائج المستخلصة من جدول (١٦) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطات الطلاب المدمنين للإنترنت وغير المدمنين للإنترنت في أبعاد التوافق النفسي، والتوافق الأسري، والتوافق المدرسي، والتوافق الاجتماعي، و الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي لصالح الطلاب غير المدمنين للإنترنت.

وهذه النتائج تتفق مع نتائج دراسة "أرنوط" (٢٠٠٧م) التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مدمني الإنترنت وغير مدمنيه في أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية.

ومع نتائج دراسة "جلال، والصالحين" (٢٠٠٥م) التي أشارت إلى وجود فروق دالة بين مفرطى ومنخفضي الاستخدام في سمات الشخصية الايجابية وهى الانبساطية والعدوانية وتأكيد الذات والبحث الحسي ، وعلى سمات الشخصية السلبية وهى توهم المرض والقلق ، كما بينت النتائج وجود بروفيل مميز لمفرطي استخدام الانترنت.

وكذلك نتائج دراسة "ربيع" (٢٠٠٣م) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط شدة الدافع نحو الشبكة وعدد ساعات الاستخدام اليومي لها بين مجموعة المدمنين وغير المدمنين للشبكة، لصالح مجموعة المدمنين.

كما تتفق مع نتائج دراسة "شو وآخرون" (Cho *et al.*, 2008) التي خلصت إلى أن أفراد مجموعة إدمان الإنترنت درجات أعلى في بروفيلات التعاونية والإدارة ودرجات أقل في البحث عن الجدة، والتفوق الذاتي مقارنة بمجموعة الاستخدام غير المشكل للإنترنت.

وكذلك نتائج دراسة "فورتسون وآخرون" (Fortson *et al.*, 2007) التي أشارت إلى أن الأفراد الذين قابلوا معيار سوء استخدام الإنترنت واعتمادية أكثر عرضة لأعراض الاكتئاب، وأكثر في قضاء الوقت، وأقل تطبيعاً اجتماعياً وجهاً لوجه من أولئك الذين لم يقابلوا هذا المعيار.

وهذه النتائج تعد منطقية وطبيعية؛ فالأفراد المدمنون للإنترنت يتميزون ببروفيلات تكاد تنفرد م عن غيرهم، فقضائهم أوقات طويلة على الإنترنت يؤدي إلى ظهور اضطرابات صحية وفسيولوجية كاضطرابات النوم، والاضطرابات الغذائية، ومعانا م من السمنة وترهل الجسد، وإصابات العين (Chou & Tyan,1999; Young, *et al.*, 1999; Brenner, 1997).

كما أن الأشخاص المدمنون يعانون من نوبات متكررة من الاكتئاب الحاد، وزيادة العزلة، وزيادة مشكلا م مع والديهم، وأخو م، وأقرا م؛ مما يسبب لهم تفاقم في حالتهم النفسية كما أشارت إليها دراسات كل من: (Sanders, *et al.*, 2000; Young *et al.*, 1999; Lavin *et al.*,1999; Young & Rogers,1998; Brenner,1997).

إضافة إلى ذلك فإن الأشخاص المدمنون للإنترنت وبسبب زيادة الوقت المنقضي على شبكة الإنترنت، وتفضيل أنشطة الإنترنت عن غيرها من الأنشطة الاجتماعية؛ فإ م يبتعدون رويداً رويداً عن أسرهم وأقربائهم، مما يقلل من توافقهم الأسري وهذا يتفق مع دراسات كل من: (Chou & Tyan, 1999; Young, *et al.* ,1999; Lavin *et al.*,1999; Brenner,1997).

وحيث أن العزلة والوحدة الاجتماعية تعد من خصائص مدمن الإنترنت بسبب الإفراط في استخدام الإنترنت والوقت الطويل المنقضي؛ فإن نشاطهم الاجتماعي يقل تدريجياً؛ مما يؤثر بالضرورة على علاقا م الاجتماعية، وقد يجعلهم يخسرون تماماً بعضاً من علاقا م؛ مما يقلل من توافقهم الاجتماعي؛ وهذا يتفق مع نتائج دراسات كل من: (Chou & Tyan,1999; Lavin, *et al* ., 1999; Brenner, 1997).

وبسبب الوقت الذي تلتهمه شبكة الإنترنت؛ فإن الشخص المدمن للإنترنت لا يستطيع أن يؤدي واجباته المدرسية على الوجه المطلوب، وفي كثير من الأحيان يتأخر عن مدرسته بسبب سهره المتواصل على شبكة الإنترنت؛ وهذا يعرضه للرسوب والطرد من المدرسة، ويزيد من مشكلاته مع معلميه فيقلل ذلك من توافقه المدرسي.

مناقشة إجابة السؤال الرابع:

نص السؤال الرابع على ما يلي: هل توجد فروق دالة إحصائياً بين درجات طلاب المرحلة الثانوية بقسميها الشرعي والطبيعي في مقياس إدمان الإنترنت.

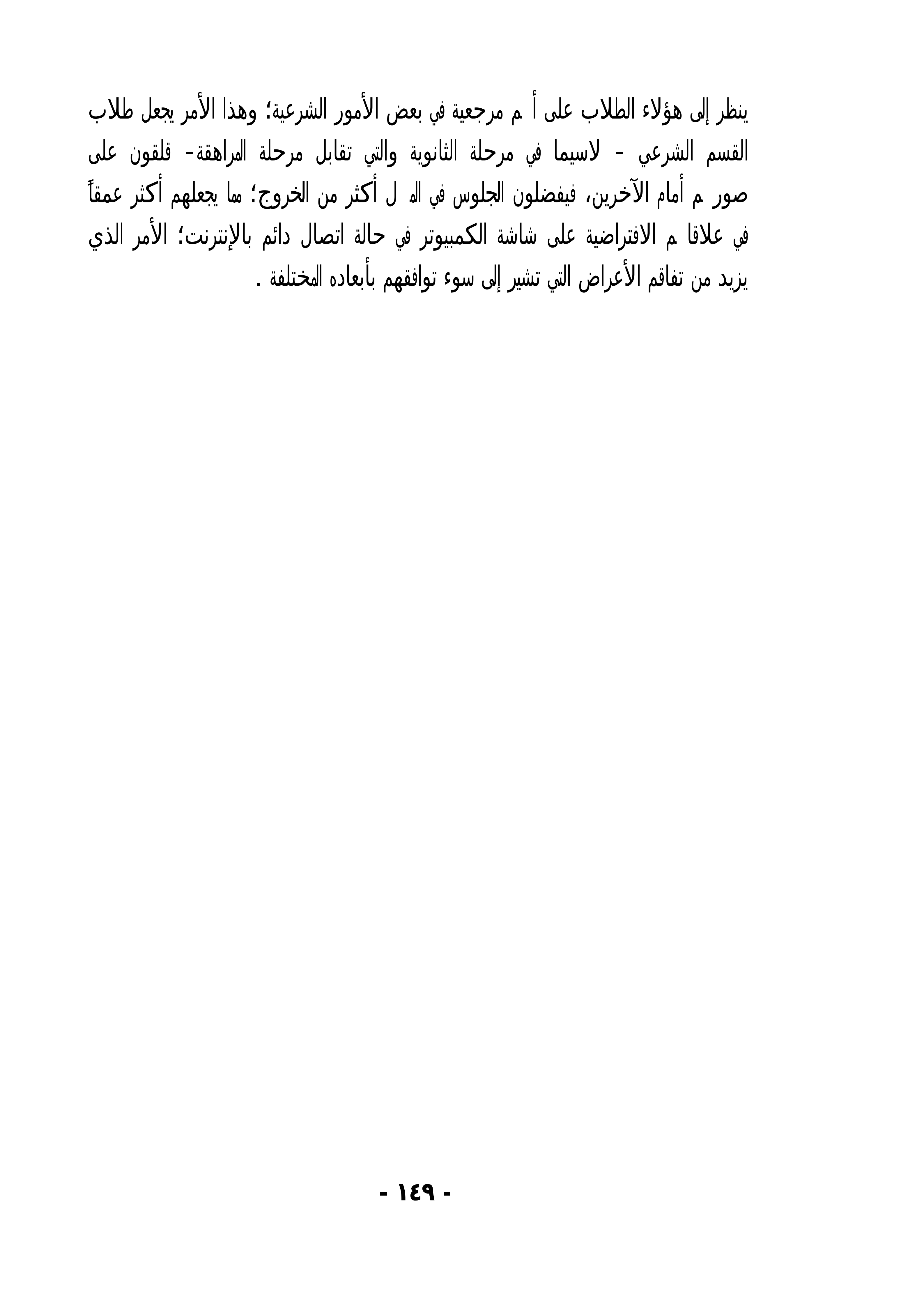
وفي ضوء هذا السؤال تم صياغة الفرض التالي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠،٠٥ بين طلاب المرحلة الثانوية بقسميها الشرعي والطبيعي في إدمان الإنترنت.

ولكي يتم اختبار هذا الفرض، قام الباحث بحساب قيم "ت" للفرق بين متوسطات أفراد عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بقسميها الشرعي والطبيعي في كل من أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي كما هو موضح بجدول (١٧).

فقد أشارت النتائج المستخلصة من جدول (١٧) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الطلاب في القسمين الشرعي والطبيعي في أبعاد مقياس إدمان الإنترنت البروز، وتعديل المزاج، والتحمل، والأعراض الانسحابية، والصراع، والانتكاس، والاعتمادية، والدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت لصالح الطلاب بالقسم الشرعي.

وهذه النتيجة تشير إلى أن التخصص الدراسي يلعب دوراً في إدمان الإنترنت، وقد يعزو السبب في ذلك إلى طبيعة المواد الدراسية التي يدرسها طلاب القسمين الشرعي والطبيعي؛ فالمواد الدراسية التي يدرسها طلاب القسم الشرعي أقل من المواد التي يدرسها طلاب القسم الطبيعي؛ وهذا يتيح لهم الكثير من الوقت للدخول إلى عالم الإنترنت، ورغبتهم الدائمة في متابعة كل جديد فيما يحبون؛ فيصبحون مهووسون به عندما يجدون ما يحبون وما يرغبون وما لم يكن متوقعاً أبداً؛ وهكذا يقعون فريسة لإدمان الإنترنت، وتزداد أعراضه ومضاره بشكل أكبر؛ مما يؤدى إلى انفصالهم تدريجياً عن العالم الواقعي؛ مما قد يؤدى م إلى ما لا يحمد عقباه.

وثمة سبب يراه الباحث تعزو إليه تلك النتائج، ويرجع إلى طبيعة المواد الطبيعية التي تختلف عن طبيعة المواد الشرعية في مجتمع ، ينتظر من خريجي المواد الشرعية الكثير، بل وقد



ينظر إلى هؤلاء الطلاب على أ م مرجعية في بعض الأمور الشرعية؛ وهذا الأمر يجعل طلاب القسم الشرعي - لاسيما في مرحلة الثانوية والتي تقابل مرحلة المراهقة- قلقون على صور م أمام الآخرين، فيفضلون الجلوس في الم ل أكثر من الخروج؛ مما يجعلهم أكثر عمقاً في علاقا م الافتراضية على شاشة الكمبيوتر في حالة اتصال دائم بالإنترنت؛ الأمر الذي يزيد من تفاقم الأعراض التي تشير إلى سوء توافقهم بأبعاده المختلفة .

الفصل الخامس

(الخلاصة والنتائج والتوصيات والمقترحات)

الفصل الخامس

(الخلاصة والنتائج والتوصيات والمقترحات)

يعرض هذا الفصل ملخص الدراسة، وأهم النتائج التي خلصت إليها، ويختتم هـذا الفصل بعرض لأهم التوصيات والمقترحات في ضوء ما أسفرت عنه تلك النتائج.

ملخص الدراسة:

تحددت مشكلة الدراسة في الإجابة عن التساؤلات الرئيسة التالية:

٥- ما المستوى الفارق لتحديد إدمان الانترنت بالنسبة لطلبة المرحلة الثانوية في مدينة الرياض ؟

٦- هل توجد علاقة ارتباطية بين إدمان الإنترنت والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟

٧- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين درجات مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت من طلاب المرحلة الثانوية في مقياس التوافق النفسي والاجتماعي ؟

٨- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين درجات طلاب المرحلة الثانوية بقسميها الشرعي والطبيعي في مقياس إدمان الإنترنت.

وقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي لتفسير هذه العلاقات. وتكون مجتمـع الدراسة من الطلاب بالمرحلة الثانوية العامة للعام الدراسي ١٤٢٣٠- ١٤٣١هـ بالمـدارس الثانوية بمدينة الرياض؛ حيث تم اختيار العينة باستخدام أسلوب العينة العشوائية الطبقية.

وقد تكونت العينة المبدئية من ٤٠٠ طالباً من طلاب المرحلة الثانوية بالمدارس الثانوية المختارة؛ بواقع ١١٥ طالباً من مدرسة البيارق، و٧٥ طالباً من مدرسة الإدريـسي، و٩٠ طالباً من مدرسة الفلاح، و١٢٠ طالباً من مدرسة تبوك.

والجدير بالذكر أنه قد تم استبعاد (٥٠) طالباً من العينة المبدئية؛ ومن ثم أصبح حجم العينة الكلي والنهائي للدراسة ٣٥٠ طالباً؛ منهم ٨٥ طالباً بالصف الثاني الثانوي الشرعي، و١٠٢ طالباً بالصف الثاني الثانوي الطبيعي، و٧٥ طالباً بالصف الثالث الثانوي الشرعي، و٨٨ طالباً بالصف الثالث الثانوي الطبيعي.

وقد قام الباحث بإعداد مقياس إدمان الإنترنت لطلاب المرحلة الثانوية؛ تكون من ثمانية أبعاد؛ هي: البروز، وتعديل المزاج، والتحمل، والأعراض الانسحابية، والصراع، والانتكاس، والاعتمادية، وسوء الاستخدام.

وتكون المقياس في صورته النهائية من ٧٩ عبارة؛ وقد تم التأكد من ثبات وصدق المقياس.

كما استعان الباحث بمقياس التوافق النفسي والاجتماعي من إعداد سهير إبراهيم، وقد اشتمل على أبعاد: التوافق النفسي، والتوافق الأسري، والتوافق المدرسي، والتوافق الاجتماعي، وقد تم تقنينه على البيئة السعودية؛ للتأكد من صلاحيته للاستخدام والتطبيق في الدراسة في الحالية.

نتائج الدراسة:

خلصت الدراسة إلى عدة نتائج كان من أهمها ما يلي:

(١) النسبة المئوية للطلاب مدمني الإنترنت بلغت (٢٦،٥٧٪)، والنسبة المئوية للطلاب غير مدمني الإنترنت بلغت (٢٤،٨٦٪).

(٢) وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت، والدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي؛ ووجود علاقات ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين الدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت، ودرجات أبعاد التوافق النفسي، والتوافق الأسري، والتوافق المدرسي، والتوافق الاجتماعي.

(٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطات درجات الطلاب مدمني الإنترنت وغير مدمني الإنترنت من طلاب المرحلة الثانوية في كل من التوافق النفسي، والتوافق الأسري، والتوافق المدرسي، والتوافق الاجتماعي لصالح غير مدمني الإنترنت.

(٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين متوسطات الطلاب في القسمين الشرعي والطبيعي في أبعاد مقياس إدمان الإنترنت البروز، وتعديل المزاج، والتحمل، والأعراض الانسحابية، والصراع، والانتكاس، والاعتمادية، والدرجة الكلية لمقياس إدمان الإنترنت لصالح الطلاب بالقسم الشرعي.

توصيات الدراسة:

في ضوء نتائج الدراسة الحالية التي أشارت إلى وجود علاقات ارتباطية سالبة دالـة إحصائياً بين إدمان الإنترنت وأبعاد التوافق النفسي والاجتماعي؛ فإنه يمكن التوصية بما يلي:

(١) عقد برامج تدريبية لطلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية الـسعودية ـدف إلى توعية هؤلاء الطلاب بالآثار السلبية المتلاحقة للاسـتخدام المفـرط للإنترنـت، ومساعد م على زيادة فاعليتهم في الحياة الواقعية.

(٢) عقد برامج إرشادية لطلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية تهدف إلى تنمية مهارات الحياة المختلفة لديهم؛ بما يحقق لديهم التوافق النفسي والاجتماعي.

(٣) عقد برامج علاجية للطلاب مدمني الإنترنت بالمملكة العربية السعودية تهدف إلى تخليصهم من إدمانهم لها، والمشكلات الناجمة عن الاستخدام المفرط لها، وتعويدهم على الاندماج في الحياة الواقعية، وزيادة علاقاتهم الاجتماعية الحقيقية.

(٤) عقد برامج إرشادية لأولياء الأمور، والمعلمين تهدف إلى توعيتهم بالطرائق المناسبة والتربوية في التعامل مع أبنائهم، وتعليمهم كيفية مراقبة أبنائهم دون أن يشعروا بهذه المراقبة أثناء استخدامهم للإنترنت، وعدم تركهم فريسة وأسرى للحياة الافتراضية من وراء شاشات الكمبيوتر، والسعي نحو حل مشكلاتهم النفسية والاجتماعية والأسرية والمدرسية بما يحقق توافق أبنائهم.

(٥) تجنب أساليب الوالدية الخاطئة التي تحد من تحقيق قدرات الأبناء في الواقع وفي مقدمتها الأساليب التي تعزز الشعور بالذنب والقلق في نفوسهم، فمن الضروري أن يشعر الابن بحب والديه، وأن يتأكد من تقبلهما له كما هو، وبأوجه نقصه أو عيوبه، وكذلك بث الثقة في نفوس الأبناء، وتعريفهم جوانب القوة وجوانب الضعف لديهم حتى يحافظوا على الأولى وينموها، ويعملوا على تقوية واستكمال الثانية بدون الشعور بالدونية أو القصور.

(٦) ضرورة الاهتمام بالتوعية الإعلامية من خلال وسائل الإعلام العديدة للمساهمة في توعية الآباء والأمهات حول الأسس التربوية الصحيحة في تربية الأبناء، والآثار النفسية والاجتماعية المتفاقمة نتيجة تركهم فريسة لشبكة الإنترنت.

(٧) ضرورة أن تفعل المساجد والجمعيات الخيرية أهدافها في سبيل تدعيم الأخلاق والقيم لدى الشباب، وتمييزهم بين النافع والضار، والرفض لكل ما هو منافٍ لثقافتنا الإسلامية؛ على أن يتسم الخطاب الديني بالحداثة والتطوير ويبتعد عن الأسلوب الوعظي التقليدي.

(٨) تدعيم تحكم الدولة في شبكة الإنترنت وما تبثه من مواقع للشباب من المؤسسات التشريعية والتنفيذية، فالذي تقوم به المملكة العربية السعودية من فلترة لمواقع شبكة

الإنترنت بحاجة إلى تدعيم لتلك المؤسسات؛ حتى لا يحين الوقت وتأتي نداءات وشعارات تحمل مسميات مختلفة كالتطوير والحداثة والحرية والديمقراطية والعولمة، وتمثل ضغوطاً على الدولة تحول دون تحكمها في ذلك.

مقترحات الدراسة:

يقترح الباحث في ضوء نتائج الدراسة؛ إجراء الدراسات المستقبلية التالية:

(١) دراسة مقارنة بين الجنسين من طلاب المرحلة الثانوية حول إدمانهم للإنترنت وعلاقته ببعض أبعاد الشخصية والنفسية.

(٢) دراسة تنبؤية للعوامل المؤثرة على إدمان الإنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية.

(٣) برنامج إرشادي معرفي سلوكي يهدف إلى التغلب على المشكلات النفسية والاجتماعية لإدمان الإنترنت.

(٤) دراسة إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والبيئية لدى طلاب المرحلة الثانوية (دراسة عبر ثقافية).

قائمة المصادر و المراجع

قائمة المصادر والمراجع

أولاً: المراجع العربية:

- **إبراهيم، سهير محمد** (٢٠٠٤م). المخـاوف وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتمـاعي لدي أطفال المرحلة العمرية (١٢ – ١٦ سنة). رسالـة دكتوراه (غيـر منشورة). جامعة عين شمس: معهد الدراسات العليا للطفولة.
- **أبو النيل، محمود السيد؛ وأحمد، مجدة محمود** (١٩٨٥م). الصحة النفسية والأمـراض والمشكلات النفسية والاجتماعية. القاهرة: كلية الآداب بعين شمس.
- **أبو النيل، محمود السيد** (١٩٨٤م). علم النفس الاجتماعي، دراسات عربية وعالميـة. الجزء الثاني، الطبعة الثالثة، القاهرة: الجهاز المركزي للكتب الجامعيـة والمدرسـية والوسائل التعليمية.
- **أرنوط، بشرى إسماعيل** (٢٠٠٧م). "إدمان الإنترنت وعلاقته بكل من أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين"، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد ٥٥.
- **أرنوط، بشرى إسماعيل** (٢٠٠٤م). الاضطرابات النفـسية للأطفـال: الأسـباب - التشخيص- العلاج. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- **إسماعيل، محمد عماد الدين؛ ومرسي، سيد عبد الحميد** (١٩٦١م). مقياس الإرشـاد النفسي. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
- **انجلر، باربرا** (١٩٩١م). نظريات الشخصية. ترجمة فهد عبد الله الدليم. الطائف: النادي الأدبي.
- **بحر، عبد الرحمن محمد** (١٤٢٠هـ). معوقات التحقيق في جرائم الإنترنت: دراسة مسحية على ضباط الشرطة في دولة البحرين. رسالة ماجستير (غير منـشورة). الريـاض: أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية.
- **بخيت، عبد الرحيم بخيت** (١٩٨٨م). "الخصائص التوافقية والعصابية والذهانية لحالات عربية وأمريكية باستخدام التحليل العاملي المعكوس". مجلة علم النفس، العدد السادس.

- **البداينة، ذياب** (١٤٢٠هـ). جرائم الحاسب والإنترنت. أبحاث الندوة العلمية لدراسة الظواهر الإجرامية المستحدثة وسبل مواجهتها، الرياض: أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية.
- **البنداري، إبراهيم** (١٩٩٩م). الإنترنت المكونات والخدمات. القاهرة: دار الفكر العربي.
- **ادر، سعدية محمد** (١٩٨٦م). في سيكولوجية المراهقة. الطبعة الرابعة. الكويت: دار البحوث العلمية.
- **التميمي، عبد الفتاح، وأبو عيد، عماد** (١٩٩٨م). شبكات الحاسوب والإنترنت. عمان: دار البارودي للنشر والتوزيع.
- **جابر، عبد الحميد جابر** (١٩٨٦م). نظريات الشخصية. القاهرة: دار النهضة العربية.
- **جلال، سعد** (١٩٨٥م). الطفولة والمراهقة. القاهرة: دار الفكر العربي.
- **جلال، خالد؛ والصالحين، السعيد** (٢٠٠٥م). "تأثير الاستخدام المفرط للانترنت على بعض متغيرات الشخصية لدى طلاب الجامعة" ،مجلة علم النفس ، ا لمد الخامس عشر، العدد التاسع والأربعون، ص ص ١ -٥٥.
- **الحفني، عبد المنعم** (١٩٩٢م). موسوعة الطب النفسي، الجزء الأول، القاهرة: مكتبة مدبولي.
- **الحياني** (١٩٨٨م). مستوى التحصيل الدراسي وعلاقته بالتوافق لدى طلبة الصف الخامس الإعدادي. رسالة ماجستير (غير منشورة). جامعة بغداد: كلية التربية.
- **الخالدي، أديب محمد** (١٩٧٢م). دراسة العلاقة بين التفوق العقلي وبعض جوانب التوافق الشخصي والاجتماعي لدى تلاميذ المدارس الإعدادية العراقية. رسالة ماجستير (غير منشورة). جامعة عين شمس: كلية التربية.
- **الخامري، عبد الحافظ سيف غانم مرشد** (١٩٩٦م). التوافق النفسي لذوي الإدراك فوق الحسي. رسالة ماجستير (غير منشورة). جامعة المستنصرية: كلية الآداب.

- **الخضري، نجية أحمد** (١٩٨٧م). "قياس ضبط التوافق النفسي لدي طلبة الجامعة الحاصلين على الثانوية الفنية ونظر م للحاصلين على الثانوية العامـة". الجمعيـة المـصرية للدراسات النفسية، بحوث المؤتمر الثالث في علم النفس.
- **دسوقي، كمال** (١٩٨٥م). علم النفس ودراسة التوافق. القاهرة: دار النهضة العربية.
- **دسوقي، كمال** (١٩٨٨م). ذخيرة تعريفات مصطلحات أعلام علوم الـنفس، ا لـد الأول. القاهرة: دار النهضة العربية.
- **دسوقي، إنشراح محمد** (١٩٩١م). "التحصيل الدراسي وعلاقته بكل من مفهوم الذات والتوافق النفسي". مجلة علم النفس، العدد العشرون.
- **دسوقي، راوية محمود** (١٩٩٧م). "الحرمان الأبوي وعلاقته بكل من التوافق النفـسي ومفهوم الذات والاكتئاب لدى طلبة الجامعة". مجلة علم النفس، القـاهرة: الهيئـة العربية للكتاب.
- **الدندراوي، سامية صابر** (٢٠٠٥م). الإفراط في استخدام كل من الكمبيوتر والإنترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية لدى المراهقين. رسالة ماجستير (غير منـشورة). جامعة قناة السويس: كلية التربية بالإسماعيلية.
- **راجح، أحمد عزت** (١٩٨٥م). أصول علم النفس. الإسكندرية: دار المعارف.
- **راجح، أحمد عزت** (١٩٧٧م). أصول علم النفس، الجزء الحادي عشر، القـاهرة: دار المعارف.
- **ربيع، هبة ي الدين** (٢٠٠٣م). "إدمان شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) في ضـوء بعض المتغيرات". دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم)، ا لد الثالث عشر، العدد الرابع ، أكتوبر، ص ص ٥٥٥-٥٨٠
- **رمضان، نوال سليمان** (١٩٧٧م). "نمط الأسرة والمـستوى الاقتـصادي وعلاقتـهما بالتوافق الاجتماعي لدى عينة من تلاميذ المرحلـة الثانويـة". مجلـة الدراسـات الإنسانية، جامعة الأزهر، العدد الخامس عشر.
- **زهران، حامد عبد السلام** (١٩٩٧م). الصحة النفسية والعلاج النفسي. القاهرة: عالم الكتب.

- **زهران، حامد عبد السلام** (١٩٨٠م). التوجيه والإرشاد النفـسي. الطبعـة الثانيـة. القاهرة: عالم الكتب.
- **سري، إجلال محمد** (١٩٩٠م). علم النفس العلاجي. القاهرة: مكتبة عالم الكتب.
- **سفيان، نبيل صالح** (٢٠٠٠م). الشخصية نظريا ا نموها وقياسها، الجزء الأول. تعـز: المركزية للطباعة.
- **سفيان، نبيل صالح** (١٩٩٧م). الذكاء الاجتماعي والقيم الاجتماعية وعلاقتهما بالتوافق النفسي لدى طلبة جامعة تعز. رسالة دكتوراه (غير منشورة). جامعة بغداد: كليـة التربية.
- **السمري، هبة الله جت** (٢٠٠٣م). "استخدام الأطفال للإنترنت: العلاقة التفاعلية بـين الآباء والأبناء". ا لة المصرية لبحوث الإعلام. جامعة القاهرة: كلية الإعلام، العدد ١٧.
- **السيد، عبد الحليم محمود؛ وسليمان، شاكر عبد الحميد؛ والصبوة، محمـد نجيـب؛ ويوسف، جمعة سيد؛ وخليفة، عبد اللطيف محمد؛ وعبـد الله، معتـز سـيد؛ والغباشي، سهير فهيم** (١٩٨٨). علم النفس العام، القاهرة: دار غريب للطباعـة والنشر والتوزيع.
- **شاذلي، عبد الحميد محمد** (٢٠٠١م). التوافق النفسي للمسنين. الإسكندرية: المكتبة الجامعية.
- **الشوربجي، نبيلة عباس صالح** (٢٠٠٥م). العزلة الاجتماعية لدى عينـة مـن أطفـال الكمبيوتر من سن (٨-١٣ سنة): دراسة وصفية مطبقة على أطفـال الكمبيـوتر بمكتبة عرب المحمدي التباعة لجمعية الرعاية المتكاملة ومكتبة مصر الجديدة التابعـة لجمعية خدمات مصر الجديدة بمحافظة القاهرة". ا لة المصرية للدراسات النفسية، ا لد الخامس عشر، العدد ٤٨.
- **طه، فرج عبد القادر** (١٩٩٢م). موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، الكويت: دار سعاد الصباح.
- **العاني، وجيهة ثابت** (١٤٢٠هـ). "دور الإنترنت في تعزيز البحث العلمي لـدى طلبـة جامعة اليرموك في الأردن". مجلة جامعة الملك سعود للعلوم التربويـة والدراسـات الإسلامية، ا لد الثاني عشر، العدد الثاني.

- **عبد الغفار،** سمير (١٩٩٧م). التوافق النفسي الاجتماعي لدي أبناء الأمهات العـاملات وغير العاملات. رسالة دكتوراه (غير منشورة). جامعة عين شمس: معهد الدراسات العليا للطفولة.
- **عبد الغني، خالد** محمود (١٩٩٧م). رحلة إلى عالم الإنترنت. القاهرة: مطابع الأخبار.
- **عبد الكريم، إبراهيم سعيد** (٢٠٠٦م). "الإنترنت وآثاره الاجتماعية على المـراهقين: دراسة ميدانية على عينة من المترددين على مقاهي الإنترنت ممن تقع أعمارهم بين ١٢-١٨ سنة". متاحة على شبكة الإنترنت: http://childhood.gove.sa/vb/
- **عبد اللطيف، مدحت عبد الحميد** (١٩٩٣م). الصحة النفسية والتفـوق الدراسـي. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- **العبيد، إبراهيم بن عبد الله بن إبراهيم** (١٤٢٢هـ). مدى اسـتفادة معلمـي المرحلـة الثانوية بمدينة الرياض من الشبكة العالمية للمعلومات (الإنترنت). رسالة ماجـستير (غير منشورة). جامعة الملك سعود: كلية التربية.
- **عثمان، سيد** أحمد (١٩٧٤م). علم النفس الاجتماعي والتربوي. الجزء الثاني. القـاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- **عزب، حسام الدين** (٢٠٠١م). "إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض أبعاد الصحة النفـسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (الوجه الآخر لثورة الأنفوميـديا)"، المـؤتمر العلمـي السنوي للطفل والبيئة، ٢٤-٢٥ مارس.
- **العصيمي، عبد** المحسن **أحمد** (١٤٢٤هـ). الآثار الاجتماعية والاقتـصادية لاسـتخدام الحاسب الآلي على أبناء الأسرة السعودية. رسالة دكتوراه (غير منشورة). جامعـة الإمام محمد بن سعود الإسلامية: كلية العلوم الاجتماعية.
- **عليان، ربحي مصطفى** (٢٠٠٤م). البحث العلمي: أسسه مناهجه وأساليبه وإجراءاتـه. عمان: بيت الأفكار الدولية.
- **العوض، وليد** محمد (١٤٢٦هـ). دور استخدام شبكة الإنترنت في التحصيل الدراسـي لدى طلاب جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية. رسالة ماجستير (غير منـشورة). جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية: كلية الدراسات العليا.

- **عوض، عباس محمود** (١٩٧٧م). الموجز في الصحة النفسية. القاهرة: دار المعارف.
- **عويضة، محمد** (١٩٩٥م). "نسخة مبرمجة على حاسوب باللغة العربية من مقياس بـك للاكتئاب وتقنينه على عينة سعودية من المنطقة الشرقية". مجلة علم النفس، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، العدد ٣٦.
- **الغامدي، عبد الله أحمد** (١٤٣٠هـ). تردد المراهقين على مقاهي الإنترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمكـة المكرمـة. رسـالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة أم القرى: كلية التربية.
- **فاروق، هالة أحمد** (١٩٩٣م). التوافق النفسي والاجتماعي للطالبات المتفوقات دراسـياً في المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة عـين شمـس: معهـد الدراسات العليا للطفولة.
- **فراج، عثمان** (١٩٧٠م). الشخصية والصحة العقلية. القاهرة: دار النهضة المصرية.
- **الفرم، خالد فيصل عبد المحسن** (١٤٢٢هـ). شبكة الإنترنـت وجمهورهـا في مدينـة الرياض: دراسة تطبيقية في ضوء نظرية الاستخدامات والإشباعات. رسالة ماجستير (غير منشورة). الرياض: جامعة الملك سعود.
- **الفنتوخ، عبد القادر** (١٤٢١هـ). الإنترنت للمستخدم العربي. الرياض: مكتبة العبيكان.
- **فهمي، مصطفى** (١٩٧١م). الإنسان وصحته النفسية. القاهرة: مكتبة الأنجلوا المصرية.
- **فهمي، مصطفى** (١٩٧٨م). التكيف النفسي. القاهرة: مكتبة مصر.
- **القدهي، مشعل عبد الله** (١٤٢٢هـ). المواقع الإباحية على شبكة الإنترنت وأثرها علـى الفـرد وا تمـع. متـاح علـى شـبكة الإنترنـت في الموقـع: http://www.mishawi.com/gadhi.htm
- **قشقوش، إبراهيم** (١٩٨٨م). مقياس الإحساس بالوحدة النفسية لطلاب الجامعـات، كراسة التعليمات. القاهرة: الأنجلو المصرية
- **الكبيسي، عبد الكريم فحل** (١٩٨٨م). قياس التكيف الشخصي الاجتمـاعي لـدى الأحداث الجانحين وعلاقته بمعاملة الوالدين. رسالة ماجستير (غير منشورة). الجامعة المستنصرية: كلية الآداب.

- **الكندري، يعقوب يوسف؛ والقشعان، حمود فهد** (٢٠٠١م). "علاقة شبكة الإنترنت بالعزلة الاجتماعية لدى طلاب جامعة الكويت". مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة الإمارات العربية المتحدة. مجلد ١٧، عدد ١، ص ص ١- ٤٥.
- **لال، يحيى زكريا** (٢٠٠٠م). "أهمية استخدام الإنترنت في العملية التعليمية من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس بالجامعات". مجلة التعاون، الشئون الإعلامية بالأمانة العامة لمس دول الخليج العربية، السنة ١٥، العدد٢.
- **ليري، أحمد صالح** (٢٠٠٩م). "أثر المشكلات الاجتماعية والنفسية المصاحبة لمستخدمي الكمبيوتر في مقاهي الإنترنت"، وزارة الصحة الكويتية: جريدة الشرق الأوسط، العدد ٨٠٧٤.
- **محمد، عادل ريان** (١٩٩٥م). جرائم الحاسب الآلي وأمن البيانات. العربي، (٤٤٠)، ص ص٧٣-٧٧.
- **مخيمر، صلاح** (١٩٩٦م). المدخل إلى الصحة النفسية. الطبعة الرابعة، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- **مخيمر، صلاح** (١٩٧٨م). مفهوم جديد للتوافق. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- **المغربي، سعد زغلول** (١٩٩٢م). "حول مفهوم الصحة النفسية أو التوافق". مجلة علم النفس. الجمعية المصرية للدراسات النفسية. العدد الثالث والعشرون، السنة السادسة.
- **مليكة، لويس كامل** (١٩٧٠م). قراءات في علم النفس الاجتماعي. الجزء الرابع. القاهرة: الهيئة المصرية للكتاب.
- **مندورة، محمد محمود** (١٤٢١هـ). جرائم الحاسب الآلية. الرياض: مكتبة الأفاق المتحدة.
- **المنشاوي، محمد عبد الله** (١٤٢٤هـ). جرائم الإنترنت في ا تمع السعودي. رسالة ماجستير (غير منشورة). الرياض: أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية.
- **منصور، تحسين بشير** (٢٠٠٤م). "استخدام الإنترنت ودوافعها لدى طلبة جامعة البحرين: دراسة ميدانية"، ا لة العربية للعلوم الإنسانية، جامعة الكويت، مجلد ٢٢، عدد ٨٦، ص ص ١٦٧ - ١٩٦.

- **المنصور، إبراهيم يوسف** (١٩٧٥م). استبيان هستون المعرب للتكيف الشخصي. بغداد: مركز البحوث التربوية والنفسية.
- **نجاتي، محمد عثمان** (١٩٦٠م). كراسة تعليمات اختبار التوافق للطلبة. القاهرة: مكتبـة الأنجلو المصرية.
- **الهابط، محمد سيد** (١٩٨٥م). التكيف والصحة النفسية. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- **Adebayo, D.; Udegbe, I., & Sunmola, A.** (2006). "Gender, Internet Use, and Sexual Behavior Orientation among Young Nigerians". CyberPsychology & Behavior, Volume 9, Number 6.
- **Adist, C. K.** (1999). Internet Pornography Addiction. Available: http://www.chemistry.vt.edu/chem-dept/dessy/honors/papers99/adist.htm
- **Asia Pacific Internet Research Alliance**. (2004). Survey on the Computer and Internet Usage, 1st half of 2004 [On-line]. Available: www.apira.org/html/ news_20041013.htm.
- **Baruch, Y.** (2001). "The autistic society". Information & Management, 38, pp.129- 136.
- **Beard, K.W., and Wolf, E.M.** (2001). "Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction". CyberPsychology & Behavior, 4, pp.377-383
- **Belsar, T.J., Gaffney, G.R., and Black, D.W.** (1997). "Compulsive computer use". American Journal of Psychiatry , pp.154-289.
- **Brenner, V.** (1997). Psychology of computer use. XLVII. Parameters of Internet use, abuse and addiction: the first 90 days of the Internet usage survey. Psychological Reports, 80, pp.879-882.
- **Bursten, J. & Dombeck, M.** (2010). Introduction to Internet Addiction. Available form: http://www.mentalhelp.net/poc/view_doc.php?type=doc&id=3832&cn=66
- **Case, C.J., & Young, K.S.** (2002). Employee Internet management: current business practices and outcomes. CyberPsychology & Behavior, Volume 5, No.3, pp.55–361.
- **Ceyhan, A., & Ceyhan, E.** (2008). "Loneliness, depression, and computer self-efficacy as predictors of problematic internet use". CyberPsychology & Behavior, Volume 11, Number 6.
- **Cho, S.; Kim, J.; Lee, J.; Kim, B. & Kim, E.** (2008). "Biogenetic temperament and character profiles and attention deficit hyperactivity disorder symptoms in Korean adolescents with

problematic internet use". CyberPsychology & Behavior, Volume 11, Number 6.

- **Chou, C., and Hsiao, M. C.** (2000). "Internet addiction, usage, gratifications, and pleasure experience: The Taiwan college students' case". Computer Education, Volume 35, Number 1, pp.65-80.
- **Chou, C. & Tyan, N.** (1999). "An exploratory study of Internet addiction, usage and communication pleasure: The Taiwan's case". International Journal of Educational Telecommunication, Volume 5, Number 1, pp. 47-64.
- **Davis, R., Flett, G., & Besser, A.** (2002). "Validation of a new scale for measuring problematic Internet Use: Implications for pre-employment screening". CyberPsychology & Behavior, Volume 5, Number 6.
- **Davis, R.** (2001). "A cognitive–behavioral model of pathological Internet use". Computers in Human Behavior, 17, pp.187–195.
- **Davis, S.; Smith, B.& Rodrigue, K.** (1999). "An examination of Internet usage on two college campuses". College Student Journal, Volume, 33, pp.257–260.
- **DeAngelis, T.** (2000). Is Internet addiction real? Monitor on Psychology, Volume 31, No.4, pp.1–5.
- **Duran, M** (2003). "Internet addiction disorder". http://allpsych.Com/journal/internet addiction.htm
- **Ebeling-Witte, S.; Frank, M., & Lester, D.** (2007). "Shyness, internet use, and personality". CyberPsychology & Behavior, Volume 10, Number 5.
- **Egger, O., & Rauterberg, M.** (1996). Internet behaviour and addiction. http://www.idemployee.id.tue.nl/g.w.m.rauterberg/ibq/report.pdf.
- **Fenichel, M.** (2004): Internet addiction: Addictive behavior, Transference or more?, http://ww.Fenichel.com/addiction.htm
- **Fortson, B.; Scotti, J.; Chen, Y.; Malone, J. & Del Ben, K.** (2007). "Internet use, abuse, and dependence among students at a Southeastern regional university", Journal of American College Health, Vol. 56, No. 2.

- **Gackenback** (1998). Psychology and internet. Intrapersonal, interpersonal, and transpersonal implications, San Diego, CA, Academic Press.
- **Grohol, J.** (2003). "Internet addiction guide". Available from: http://www.psychcentral.com/net.addiction.htm
- **Glasser, W.** (1976). Positive Addiction. New York: Harper and Row.
- **Goodman, A.** (1993). "Diagnosis and treatment of sexual addiction". Journal of Sex and Martial Therapy, 19, pp.225-221.
- **Gray, W., Becky, J. & Cynthia, C.** (1996). "Friendship quality as a predictor of young children' early school adjustment". Child Development, Vol. 67. No.1.
- **Greene, R.W.** (1998). Internet addiction: Is it just this month's hand-wringer for worry-warts, or a genuine problem? Computer World, Volume 32, pp.78–79.
- **Griffiths, M.** (2003). "Internet abuse in the workplace: Issues and concerns for employers and employment counselors". Journal of employment Counseling, 40, PP.87-96
- **Griffiths, M.** (2000). "Does Internet and computer 'addiction' exist? Some case study evidence". CyberPsychology & Behavior, 3, pp. 211-218.
- **Griffiths, M.D.** (1997). "Psychology of computer use. XLIII. Some comments on "addictive use of the internet" by Young (comment)". Psychological Reports 80, pp.81–82.
- **Griffith, M.** (1996). "Internet addiction an issue or clinical psychology? Clinical Psychology Forum, pp. 32–36.
- **Griffiths, M. (**1995). "Technological addictions". Clinical Psychology Forum, 71, pp.14-19.
- **Grohol, J.** (2003): "Internet addiction guide". http://www.psychcentral.com/net addiction.
- **Gross, E. F.; Juvonen, J., & Gable, S.** (2002). "Internet use and well-being in adolescence". Journal of Social Issues, Volume.58, No.1, pp. 75–90.

- **Hamburger, Y.; Ben-Artzi, E.** (2000). "The relationship between extraversion and neuroticism and the different uses of the Internet". Computers in Human Behavior, Volume 16, pp. 441–449.
- **Hardy, M.** (2004): Life beyond the Screen: Embodiment and identity through the internet, The Sociological Reviews, Vol. 50, No. 4, pp. 570-585
- **Hinić, D.; Mihajlović, G.; Špirić, Z.; Dukić -Dejanović, S., & Jovanović, M.** (2008). "Excessive Internet use – addiction disorder or not?". Vojnosanit Pregl, 65(10), pp.763–767.
- **Hinić, D.; Mihaijlović, G. ; Djukić Dejanović, S.; & Jovanović, M.** (2007). "Increased Internet use and Social Isolation". Engrami, 29(3–4), pp.47– 62.
- **Hinić, D.** (2004). Internet and traditional media. E-volucija 2004; (7). Available from: http:// www.bos.org.yu/cepit (Serbian).
- **Huang, Z.; Wang, M.; Qian, M.; Tao, R., & Zhong, J.** (2007). "Chinese internet addiction inventory: Developing a measure of problematic internet use for Chinese college students". CyberPsychology & Behavior, Volume 10, Number 6.
- **Huang, M.P., and Alessi, N.E.** (1997). “Internet addiction, Internet psychotherapy”: Reply. American Journal of Psychiatry 154:890.
- **Kiesler, S., Siegel, H., & McGuire, T.W.** (1984). "Social psychological aspects of computer mediated communication". American Psychologist 39:1123– 1134
- **Kraut, R., Paterson, M. & Lundmark, V.** (1998). "A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? American Psychologist, 53, pp. 1017– 1031.
- **Kubey, R.W., Lavin, M.J., & Barrows, J.R.** (2001). "Internet use and collegiate academic performance decrements: early findings". Journal of Communication, 51, pp.66– 372.
- **Lacey, H.** (1993). "Self-damaging and addictive behaviour in bulimia nervosa: A catchment area study". British Journal of Psychiatry. 163, pp.190-194.

- **LaRose, R., Lin, C., & Eastin, M.** (2003). "Unregulated Internet usage: addiction, habit or deficient self-regulation". Media Psychology, 5, pp.225-253.
- **Laurence, S., Susie, D., Nancy, D., & Sanford, M.** (1994). "Over time changes in adjustment and competence among adolescent from authoritative, authoritarian, indulgent, and neglectful families". Child Development, Vol. 65. No.1
- **Lavin, M., Marvin, K., McLarney, A., Nola, V., and Scott, L.** (1999). "Sensation seeking and collegiate vulnerability to Internet dependence". CyberPsychology & Behavior. 2(5): 425–430.
- **Lawrence, A., & Mark, A.** (1994). "Family acceptance and family control as predictors of adjustment in young adolescents". Vol. 65. No.2
- **Lei, L., & Wu, Y.** (2007). "Adolescents’ paternal attachment and internet use", CyberPsychology & Behavior, Volume 10, Number 5, 2007
- **Moody, E.** (2001). "Internet use and its relationship to loneliness". CyberPsychology & Behavior, Volume 4, Number 3.
- **Morahan-Martin, J., & Schumacher, P.** (2000). "Incidence and correlates of pathological Internet use among college students". Computers in Human Behaviour, 16, pp.13-29
- **Morahan-Martin, J., & Schumacher, P.** (1997). "Incidence and correlates of pathological Internet use". Presented at the Annual Convention of the American Psychological Association.
- **Mottram,A., DipPsych, G., & Flemin g, M.** (2009). "Extraversion, impulsivity, and online group membership as predictors of problematic internet use". CyberPsychology & Behavior, Volume 12, Number 3.
- **Nguyenm D., & Anderson, J.** (1996). The coming of cyberspacetime and the end of the polity. CA: Sage Publications Inc.
- **Nie, N.H.** (2001). "Sociability, interpersonal relations, and the Internet: reconciling conflicting findings". American Behavioral Scientist 45, pp.420- 435.

- **Nie, N., & Erbring, L.** (2000). Internet and Society: A Preliminary Report. Stanford SIQSS. Available from: http:// www.stanford.edu/group_siqss/
- **Ozcan, N., & Buzlu, S.** (2007). "Internet use and its relation with the psychosocial situation for a sample of university students". CyberPsychology & Behavior, Volume 10, Number 6.
- **Park, S.** (2009). "The association between internet use and depressive symptoms among south Korean adolescents". JSPN Vol. 14, No. 4, October
- **Pastore, M.** (2001). Americans increase Internet use in 2000 [On-line]. Available: www.clickz.com/stats/sectors/geographics/article.php/594751
- **Pawlak, C.** (2002). "Correlates of internet and addiction in adolescents". DAI. Vol. 72 (5-A), pp.33211-A.
- **Peter, B., & Gregory, C.** (2001). "Optimism Hostility and adjustment in the year of high school". British journal of Educational Psychology, Vol.71, No.1.
- **Petrie, H., & Gunn, D.** (1998). "Internet 'addiction'? The effects of sex, age, depression and introversion". Paper presented at the British Psychology Society Conference. Available: http://phoenix.herta.ac.uk/SDRU/Helen/inter.html
- **Pratarelli, M., & Browne, B.** (2002). "Conformity factor analysis of Internet use and addiction". CyberPsychology & Behavior, Volume 5, Number 6.
- **Pratarelli, M.E., Browne, B., & Johnson, K.** (1999). "The bits and bytes of computer/Internet addiction: A factor analytic approach. Behavior Research Methods". Instruments and Computers 31:305–314.
- **Rheingold, H.** (1993). The Virtual Community: Homesteading on the Electronic Frontier. Reading, MA: Addison-Wesley.
- **Sanders, C. E., Field, T. M., Diego, M., & Kaplan, M.** (2000). "The relationship of Internet use to depression and social isolation among adolescents". Adolescence, 35, pp.237–242.

- **Scherer, K.** (1997). "College life online: healthy and unhealthy Internet use". Journal of College Life and Development 38:655–665.
- **Shaffer, H.J., Hall, M.N., and Bilt, J.V.** (2000). "Computer addiction: a critical consideration". American Journal of Orthopsychiatry 70, pp.162–168.
- **Shapira, N., Goldsmith, T., Keck, P., Khosla, U., and McElroy, S.** (2000). "Psychiatric features of individuals with problematic Internet use". Journal of Affective Disorders, 57, pp.267-272.
- **Shaw, L.H., & Gant, L.M.** (2002). "In defense of the Internet: the relationship between Internet communication and depression, loneliness, self-esteem, and perceived social support". CyberPsychology & Behavior ,5, pp.157–171.
- **Shotton, M.** (1991). "The costs and benefits of 'computer addiction'. Behavior and Information Technology. Vol.10, pp.219-230.
- **Smith, S.** (1988). Introduction to psychology. New York: McGraw-Hill Book.
- **Stern, D.** (1997). "Internet addiction, Internet psychotherapy". American Journal Psychiatry 154(6): 890.
- **Subrahmanya, K., & Lin, G.** (2007). "Adolescents on the net : Internet use and well-being", Adolescence, Vol. 42, No. 168, Winter 2007
- **Suhail, K., & Bargees, Z.** (2006). "Effects of excessive Internet use on undergraduate students in Pakistan". CyberPsychology & Behavior. Volume 9, Number 3.
- **Suler, J.**(2002). "Identity management in cyberspace". Journal of Applied Psychoanalytic Studies, 4, pp. 455–60.
- **Suler, J. R.** (1999). "To get what you need :Healthy and pathological Internet use". CyberPsychology & Behaviour. Volume 2, Number 5.
- **Sum, S.; Mathews, R.; Campbell, A., & Hughes, I.,** (2008). "Internet use and loneliness in older adults". CyberPsychology & Behavior, Volume 11, Number 2.
- **Thatcher, A., & Goolam, S.** (2005). "Development and psychometric properties of the problematic internet use questionnaire". South African Journal of Psychology, 35(4), pp. 793-809

- **Tsai, C. C., and Lin, S. S. J.** (2001). "Analysis of attitudes toward computer networks and Internet addiction of Taiwanese adolescents". CyberPsychology & Behavior, Volume 4, No. 3.
- **Turkle, S.** (1995). Life Behind the Screen: Identity in the Age of the Internet. New York: Simon & Schuster.
- **Waestlund, E., Norlander, T., & Archer, T.** (2001). "Internet blues revisited: replication and extension of an Internet paradox study". CyberPsychology & Behavior, Volume 4, Number 3.
- **Ward, D.** (2000). The relationship between psychosocial adjustment, identity formation, and problematic internet use. Ph.D., College of Education, The Florida State University.
- **Weiser, E.B.** (2001). The functions of Internet use and their social and psychological consequences. CyberPsychology & Behavior, Volume 4, Number 3.
- **Wellman, B.** (1996). An electronic group is virtually social network. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- **Widyanto, L., & McMurran, M.** (2004). "The psychometric properties of the Internet Addiction Test". CyberPsychology & Behavior, Volume 7, Number 3.
- **Young, K.S.** (2003). Surfing not studying: dealing with Internet addiction on campus [On-line]. Available: www.netaddiction.com/articles/surfing not studying.htm.
- **Young, K.S., Griffin-Shelley, E. & Cooper, A.** (2000). "Online infidelity: A new dimension in couple relationships with implications for evaluation and treatment". Sexual Addiction and Compulsivity 7:59–74.
- **Young, K.S.** (1999). "*Internet addiction: Symptoms, evaluation, and treatment*". In: Vander Creek, L., & Jackson, T. (eds.), Innovations in Clinical Practice: A Source Book. Vol. 17. Sarasota, FL: Professional Resource Press, pp. 19–31.
- **Young, K.** (1998) Caught in the Net: how to recognize the signs of Internet addiction—and a winning strategy for recovery. New York: Wiley.

- **Young, K. S., & Rogers, R. C.** (1998). "The relationship between depression and Internet addiction". CyberPsychology and Behavior, Volume1, Number 1.
- **Young, K.** (1998). "Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder". CyberPsychology & Behavior 1:237–244.
- **Young, K.** (1996). "Addictive use of the Internet: A case that breaks the stereotype". Psychological Reports, 79, 899-902.
- **Young, K** (1996). "Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder". Paper presented at the 104th Annual Meeting of the American Psychological Association, August 11, 1996, Toronto, Canada.
-

الملاحق

ملحق (١)

قائمة بأسماء السادة المحكمين على مقياس إدمان الإنترنت لطلاب المرحلة الثانوية

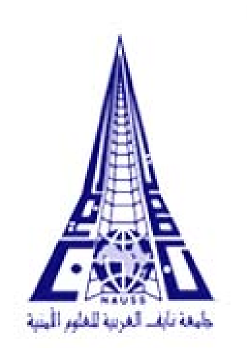
م	الاسم	الدرجة العلمية
١	أ.د.عبدالحفيظ مقدم	أستاذ علم النفس
٢	أ.د.فاروق السيد عثمان	أستاذ علم النفس
٣	أ.د.عبدالعاطي الصياد	أستاذ مناهج البحث العلمي
٤	أ.د. أحمد الأصفر	أستاذ علم الاجتماع
٥	د. نبيل العسـال	دكتور علم النفس

جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية

كلية الدراسات العليا

قسم العلوم الاجتماعية

تخصص الرعاية والصحة النفسية



ملحق (٢)

مقياس إدمان الإنترنت لطلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية

إعداد الطالب

سلطان عائض مفرح العصيمي

إشراف

الأستاذ الدكتور/ منير حسن جمال

١٤٣١ هـ - ٢٠١٠م

صفحـــة التعليمـــات

عزيزي الطالب .. فضلاً.. اقرأ التعليمات التالية بعناية:

١- نقدم لك في الصفحات التالية مجموعة من المواقف التي تواجهها في حياتك أثناء استخدامك للإنترنت، ويوجد تحت كل موقف خمس استجابات، وهي: يحدث بدرجة (كبيرة جداً - كبيرة- متوسطة - قليلة - قليلة جداً)

٢- والمطلوب منك قراءة المواقف بتركيز دون أن تطيل التفكير، ثم اختر الإجابة التي تتناسب مع واقعك الشخصي بوضع علامة (√) أمام كل عبارة وأسفل الخانة التي تعبر عن رأيك كما في **المثال التالي**:

م	العبارة	الاستجابة				
		يحدث بدرجة				
		كبيرة جداً	**كبيرة**	**متوسطة**	**قليلة**	**قليلة جداً**
١	علاقاتي مع زملائي متوترة			√		

٣- أنوه لك عزيزي الطالب بأنه ليس هناك استجابة صحيحة وأخرى خاطئة، وليس هناك علاقة بين إجابتك على هذا المقياس ودرجاتك الدراسية؛ فالمهم فقط أن تعبر عن واقعك الشخصي بالنسبة لاستخدامك للإنترنت، وتأكد أن إجابتك ستكون في محل سرية تامة، وتستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

٤- لا تختر أكثر من إجابة للعبارة الواحدة.

مع أطيب التمنيات بالتوفيق

الباحث

سلطان عائض مفرح العصيمي

م	العبـــــــــــــــــارة	الاستجابة				
		يحدث بدرجة				
		كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جداً
١	أرى أن الإنترنت مهم جداً في حياتي الشخصية					
٢	أكون أكثر راحة وحرية عندما أكون متصلاً بالإنترنت					
٣	يشتكي والدي من كثرة استخدامي للإنترنت					
٤	أتوجه إلى أي مكان به إنترنت إذا تعطل الإنترنت في م لي					
٥	أخسر الكثير من أصدقائي بسبب استخدامي الطويل للإنترنت					
٦	عندما حاولت التوقف عن استخدام الإنترنت لمدة من الزمن فشلت في ذلك وعدت أكثر استخداماً له					
٧	أتأخر في تقديم واجباتي المدرسية بسبب قضائي وقتاً طويلاً متصلاً بالإنترنت					
٨	زادت مصروفات فاتورة خدمات الإنترنت أكثر مما هو متوقع					
٩	أشعر أن الإنترنت بالنسبة لي كالماء والهواء					
١٠	استخدم الإنترنت عندما أتجنب أداء بعض الأمور التي لا أحبها					
١١	يتهمني أصدقائي أنني أصبحت أسيراً للإنترنت					
١٢	أشعر بالتعاسة عندما تمنعني الظروف من استخدام الإنترنت					
١٣	فشلت في محاولات كثيرة للتقليل من فترات استخدامي للإنترنت					
١٤	تسبب قراري بالابتعاد عن استخدام الإنترنت شعوري بالضيق الشديد وإحساسي بالتعاسة					
١٥	أشعر أن الوقت يمر سريعاً عندما أكون متصلاً بالإنترنت					
١٦	اقترض بعد الأموال لكي تغطي مصاريف خدمات الإنترنت					
١٧	عندما استيقظ من نومي فإن أول شيء أعمله هو الاتصال بالإنترنت					
١٨	يساعدني الإنترنت على نسيان مشكلاتي وتقليل الضغوط على					
١٩	أخفي عن أصدقائي وأفراد أسرتي مقدار الوقت الذي أقضيه متصلاً بالإنترنت					

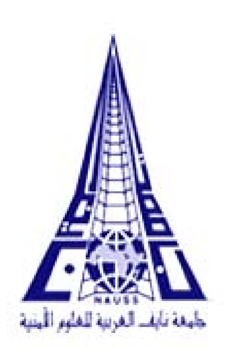
م	العبـــــــــــارة	الاستجابة يحدث بدرجة كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جداً
٢٠	لا أشعر بالمتعة طوال اليوم إذا لم أقض بعض الوقت متصلاً بالإنترنت					
٢١	منذ أن استخدمت الإنترنت وقد تغيرت عاداتي وهواياتي					
٢٢	رغم تعرضي للعقاب من والدي كي أتوقف عن استخدام الإنترنت إلا أنني أعود أكثر رغبة في الاستمرار في استخدامه					
٢٣	أشعر بالضيق والاضطراب عندما تكون سرعة الإنترنت بطيئة أو غير متاحة					
٢٤	أهتم كثيراً بالدخول على المواقع الجنسية نظراً لما توفره من متعة عند مشاهد ا					
٢٥	أشعر باللهفة من أجل الاتصال بالإنترنت عندما أعود لم لي					
٢٦	أجد أن أفضل الأوقات أقضيها عندما أكون متصلاً بالإنترنت					
٢٧	أجد سعادة في الاتصال بالإنترنت فترات طويلة لا أجدها في أشياء أخرى في الحياة					
٢٨	أشعر بالاكتئاب عندما لا أكون متصلاً بالإنترنت					
٢٩	يخاصمني أصدقائي بسبب تفضيلي للإنترنت عليهم					
٣٠	أشعر بالمتعة عند عودتي لمحادثة أصدقائي الذين تعرفت عليهم من خلال الإنترنت					
٣١	حينما أغادر م لي فإنني أظل على شبكة الإنترنت حتى آخر دقيقة من خروجي					
٣٢	أهتم بمواقع الهاكر والتدريب على طرقهم في اختراق أجهزة ومواقع الآخرين					
٣٣	لا أفكر في شيء غير الإنترنت عندما أكون متصلاً به					
٣٤	أكون أكثر سعادة وسرور عندما اتصل بالإنترنت					
٣٥	أقضي أكثر من ثلاث ساعات يومياً متصلاً بالإنترنت					

م	العبـــــــــــــارة	الاستجابة				
		يحدث بدرجة				
		كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جداً
٣٦	أشعر بالوحدة والعزلة عندما تبعدني الظروف عن استخدام الإنترنت					
٣٧	أشعر بالضيق من محاولات والدي للتقليل من مدة استخدامي للانترنت أو منعي من استخدامه					
٣٨	عندما أفكر في التوقف عن استخدام الإنترنت أصاب بحالة فزع وخوف شديد					
٣٩	أعاني من الاضطراب في النوم بسبب اتصالي الدائم بالإنترنت					
٤٠	أحاول نشر أخبار كاذبة عن الأشخاص الذين لا أحبهم عن طريق استخدام تقنيات الإنترنت					
٤١	أهرب من المشكلات والصعوبات التي تواجهني إلى عالم الإنترنت					
٤٢	بسبب الإنترنت انخفضت درجاتي في المدرسة					
٤٣	يغضب أصدقائي مني لعدم اتصالي م لانشغالي الدائم باستخدام الإنترنت					
٤٤	أفتقد أصدقائي المخلصين عندما لا أتصل م عبر الإنترنت					
٤٥	يلومني الكثير من المعلمين بسبب انخفاض مستواي الدراسي بسبب استخدامي للإنترنت					
٤٦	عندما جلست مع نفسي وحاولت التفكير في الابتعاد عن استخدام الإنترنت شعرت بأنني لا أملك الإرادة لفعل ذلك					
٤٧	أتناول طعامي وأنا متصل بالإنترنت حتى لا أضيع الوقت					
٤٨	أقضي ساعات طويلة في اللعب مع أشخاص آخرين متصلين بالإنترنت					
٤٩	أتجاهل تناول واجباتي حينما أكون متصلاً بالإنترنت					
٥٠	أعاني من الإعياء والإرهاق بسبب استخدامي المستمر للإنترنت					
٥١	أزيد من الاتصال بالإنترنت للحصول على السعادة والسرور والرضا					

م	العبـــــــــــارة	الاستجابة				
		يحدث بدرجة				
		كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جداً
٥٢	أحلم كثيراً في نومي أنني استخدم الإنترنت					
٥٣	استخدامي للإنترنت فترات طويلة جعلني لا أقوم بالزيارات العائلية المهمة					
٥٤	لا يمكن أن أرى نفسي بعيداً عن الإنترنت					
٥٥	انخفضت أنشطتي الاجتماعية والترفيهية بسبب استخدامي الطويل للإنترنت					
٥٦	انخفضت مهاراتي في القراءة والكتابة بسبب استمراري في استخدام الإنترنت					
٥٧	أنشغل بالإنترنت لدرجة أنني أنسى النوم					
٥٨	أشعر بإجهاد في العين بعد قضاء ساعات طويلة أمام شاشة الكمبيوتر					
٥٩	أقلل من ساعات نومي حتى أوفر الوقت كي أتصل بالإنترنت					
٦٠	عندما تعتريني مشاعر الغضب والعصبية اتجه فوراً للاتصال بالإنترنت حتى أهدأ					
٦١	يشعرني الإنترنت أنني شخص مهم وعظيم					
٦٢	لم يمنعني الإرهاق والمرض الذي سببه لي استخدام الإنترنت من أن أعود بشغف لاستخدام الإنترنت					
٦٣	أتمنى تغيير سرعة الإنترنت حتى استمر في حصولي على أكبر قدر ممكن من السعادة والسرور					
٦٤	أقوم بتحميل الصور الجنسية من شبكة الإنترنت على جهاز الكمبيوتر الخاص بي					
٦٥	أفضل اختراع في هذا العصر هو الإنترنت					
٦٦	أشعر دائماً أنني في أفضل حالاتي عندما أكون متصلاً بالإنترنت					

م	العبـــــــــــــــارة	الاستجابة				
		يحدث بدرجة				
		كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جداً
٦٧	أهتم بالبرامج والمواقع التي تجعلني استخدم الإنترنت لأطول فترة ممكنة					
٦٨	أغضب وأثور عندما يزورني أحد الأصدقاء وأكون متصلاً بالإنترنت					
٦٩	استخدامي للإنترنت قلل من تواصلي مع الناس في الحياة الواقعية					
٧٠	حاولت أن استبدل جهاز الكمبيوتر الخاص بي بآخر حتى يتواءم مع استخدامي للإنترنت					
٧١	أحاول من خلال غرف الدردشة إقامة علاقات مع الجنس الآخر دون علم أهلها					
٧٢	أفضل استخدام الإنترنت عن الخروج مع أصدقائي خارج المنزل					
٧٣	أفضل تكوين صداقات جديدة من خلال الإنترنت مقارنة بالحياة الواقعية					
٧٤	في الوقت الذي لا استخدم فيه الإنترنت أكون منشغلاً بما يجب علي عمله عند معاودتي لاستخدامه					
٧٥	استمر في استخدام الإنترنت على الرغم من المشكلات الجسمية التي يسببها لي					
٧٦	بسبب انشغالي بالإنترنت فإنني لا أستطيع التركيز في دراستي					
٧٧	لا أتفق مع الجهود المبذولة لوضع رقابة على استخدام الإنترنت					
٧٨	أحب الدخول على مواقع الجماعات الإرهابية والاقتراب منهم					
٧٩	تعرضت لعدة عمليات نصب وضياع أموال نتيجة لتصديق بعض المواقع التي يسيطر عليها المحتالين					

انتهى المقياس،،،،



جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية

كلية الدراسات العليا

قسم العلوم الاجتماعية

تخصص الرعاية والصحة النفسية

ملحق (٣)

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي

"نسخة طلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية"

إعداد

الدكتورة

سهير إبراهيم محمد إبراهيم

٢٠٠٤م

صفحـــة التعليمـــات

عزيزي الطالب .. فضلاً.. اقرأ التعليمات التالية بعناية:

٥- تتناول الأسئلة التالية بعض الميول والآراء الشخصية، وهي ليست اختبار ذكـاء وليس فيها إجابات صحيحة وأخرى خطأ؛ المهم أن تعبر عن رأيـك وخبرتـك الشخصية بصدق وأمانة.

٦- المطلوب أن تقرأ كل عبارة وتحدد انطباقها عليك؛ وذلك بوضع علامة (√) على درجة موافقتك على أن تختار لكل عبارة إجابة واحدة من الإجابـات الأربـع التالية: (أوافق دائماً - أوافق أحياناً - أوافق نادراً - لا أوافق).

٧- تأكد أن إجابتك ستكون في محل سرية تامة، وتستخدم لأغراض البحث العلمـي فقط.

٨- لا تختر أكثر من إجابة للعبارة الواحدة.

مع أطيب التمنيات بالتوفيق

الباحث

سلطان عائض مفرح العصيمي

م	العبـــــــــــــــارة	أوافق			لا أوافق
		دائماً	أحياناً	نادراً	
١	يمكنني تغيير كثير من الظروف التي تحيط بي				
٢	أشعر بالخجل إذا تحدثت مع شخص لا أعرفه				
٣	أستطيع أن أكتم في نفسي مضايقات الناس				
٤	أشعر بأنني أقل من غيري				
٥	أندم على معظم الأعمال التي أقوم ا				
٦	أشعر بالضيق بسبب حصولي على درجات ضعيفة				
٧	أشعر بالوحدة ولو كنت مع الناس				
٨	أخطط لمستقبلي بنفسي				
٩	لا أترك عملاً حتى أتمه				
١٠	من السهل علي إقناع الآخرين بوجهة نظري				
١١	يمكنني أن أتحمل نتائج أفعالي				
١٢	انشغالي بالتفكير يمنعني من النوم				
١٣	أحرج من مظهري الشخصي				
١٤	أواجه مشكلاتي الشخصية				
١٥	لا أتردد في اتخاذ قرار في أي موضوع				
١٦	أتوقع النجاح فيما أؤديه من أعمال				
١٧	لا أحتاج إلى من يوجهني إلى ما أفعله				
١٨	أشتري كل مستلزماتي بنفسي				
١٩	يترك لي حرية اختيار أصدقائي				
٢٠	أبادر باتخاذ الخطوة الأولى في التعامل مع الآخرين				
٢١	أقوم بحل مشكلاتي الشخصية				
٢٢	يسعدني أن أشغل وقت فراغي في بعض الأنشطة				
٢٣	لا أعارض الآخرين إن كانوا على حق				
٢٤	أدرس الأمور جيداً قبل اتخاذ أي قرار				
٢٥	يمكنني أن أجعل زملائي يغيرون من آرائهم				
٢٦	يؤلمني حدوث خلافات بين أفراد أسرتي				

م	العبـــــــــــــــارة	أوافق			لا أوافق
		دائماً	أحياناً	نادراً	
٢٧	يسود احترام متبادل بين أفراد أسرتي				
٢٨	أقضي أوقاتاً سعيدة مع أسرتي				
٢٩	أفضل أن ألتقي بأصدقائي بعيداً عن الم ل				
٣٠	أشعر بأن أصدقائي أسعد حالاً مني في حيا م الأسرية				
٣١	أتشاور مع أفراد أسرتي في اتخاذ قراراتي المهمة				
٣٢	أفضل قضاء أوقات الفراغ مع كل أفراد أسرتي				
٣٣	أشعر بالرضا عن مستوى الأسرة				
٣٤	أخجل من توجيه أحد الوالدين اللوم لي أمام أخوتي الأصغر مني سناً				
٣٥	يستشيرني أحد الوالدين في بعض الأمور الأسرية				
٣٦	أتضايق من نصائح وإرشادات والدي				
٣٧	أشارك في قضاء بعض حاجات الأسرة				
٣٨	يضايقني عدم اهتمام أحد الوالدين بي				
٣٩	يضايقني تدخل أحد الوالدين في اختيار أصدقائي				
٤٠	أشعر أن أحد الوالدين متشدد معي				
٤١	يشجعني أحد الوالدين على الاستقلال والاعتماد على النفس				
٤٢	يشعرني أحد الوالدين أنني صديق له				
٤٣	يصعب علي التحدث عن مشكلاتي الخاصة مع الوالدين				
٤٤	ينتقدني أحد الوالدين بدون وجه حق				
٤٥	أعاني من تفرقة الوالدين بين الأخوة				
٤٦	يضايقني حدوث شجار بين الأخوة				
٤٧	أتفق مع أخوتي على تخصيص أماكن للمذاكرة				
٤٨	نتشاور مع أفراد الأسرة في اختيار ملابسنا				
٤٩	يضايقني كثرة المقارنة بيني وبين أخوتي				

م	العبـــــــــــارة	أوافق			لا أوافق
		دائماً	أحياناً	نادراً	
٥٠	أتبادل مع أخوتي المساعدة في استذكار الدروس				
٥١	أشارك زملائي في حل مشاكلهم				
٥٢	أساعد زملائي في فهم المواد الدراسية				
٥٣	أفضل قضاء وقت الفراغ مع زملائي				
٥٤	يسعدني مقابلة زملائي في أي مكان خارج المدرسة				
٥٥	أتجنب المشاكسين من زملائي				
٥٦	أبتعد عن مشاركة زملائي في أي مشروع يقومون به				
٥٧	أطلب من المدرس شرح بعض النقاط الغامضة في الدرس				
٥٨	لا يقدر بعض المدرسين ظروفي الخاصة				
٥٩	أحب أن أعرض بعض مشكلاتي الشخصية على أحد المدرسين				
٦٠	أناقش المدرسين في الموضوعات الدراسية				
٦١	أشعر أن المدرسين يقومون بواجبا م على أكمل وجه				
٦٢	أشعر بالارتياح عند رؤية المدرسين				
٦٣	أرى أنني أدرس مواد مشوقة				
٦٤	أعتقد أن المواد الدراسية تنمي معارفي				
٦٥	أشعر بالرضا عن مستوى تحصيلي بالمدرسة				
٦٦	ألتزم بعمل الواجبات المدرسية				
٦٧	أحتاج لقراءة الدرس مرات عديدة لصعوبة معاني الكلمات				
٦٨	أفضل أن أتغيب عن المدرسة كلما استطعت				
٦٩	أشعر أن طريقة استذكاري للمواد موفقة				
٧٠	أقوم بوضع جدول للمذاكرة ألتزم به				
٧١	أفضل الاشتراك في الأنشطة المدرسية على حضور				

م	العبارة	أوافق: دائماً	أحياناً	نادراً	لا أوافق
	الحصص الدراسية				
٧٢	أستمتع بممارسة الأنشطة المدرسية				
٧٣	أحافظ على المواعيد المدرسية				
٧٤	من الصعب تنظيم وقتي لانشغالي في أمور كثيرة غير الدراسة				
٧٥	أجد صعوبة في استرجاع ما ذاكرت				
٧٦	يسعدني حضور الحفلات الاجتماعية التي يتاح فيها الاختلاط بأفراد الجنس الآخر				
٧٧	أساعد الأصدقاء والجيران دون أن يطلبوا ذلك				
٧٨	أحرص على حضور الحفلات والمناسبات الاجتماعية				
٧٩	من السهل علي أن أكون صداقات جديدة				
٨٠	يسعدني أن أكون مسئولاً عن عمل أشترك فيه مع زملائي				
٨١	من الصعب علي أن أبدأ حديثاً مع أشخاص لا أعرفهم				
٨٢	أثقف بجانب أصدقائي إذا وقع أحدهم في ورطة أو مأزق				
٨٣	أحرص على تأدية واجبات العزاء				
٨٤	أتجنب التلفظ بأشياء تجرح مشاعر الآخرين				
٨٥	أحب الاشتراك في الرحلات				
٨٦	أحترم رأي الأغلبية ولو كان مخالفاً لرأيي				
٨٧	أقدم مساعدتي لحل الخلافات التي تنشب بين أصدقائي وجيراني				
٨٨	أحترم العادات والتقاليد السائدة في ا تمع وإن كنت غير راض عنها				
٨٩	ألتمس الأعذار لأبرر تصرفات الآخرين				
٩٠	أتضايق من الأفراد الذين يسخرون من الآخرين				
٩١	من السهل أن أتكلم أمام الجماهير				

م	العبـــــــــــــــــــارة	أوافق			لا أوافق
		دائماً	أحياناً	نادراً	
٩٢	أحافظ على مواعيدي مع الآخرين				
٩٣	أشعر بالسعادة حينما يزورني أحد أصدقائي				
٩٤	أستمتع بالحديث مع من أقابلهم لأول مرة				
٩٥	من السهل علي أن أبث روح المرح في حفلة مملة				
٩٦	أجد صعوبة في الاختلاط بالناس				
٩٧	أشترك في بعض المباريات التي لم أمارسها من قبل				
٩٨	أبدأ بالحديث مع الزملاء الجدد عندما أقابلهم لأول مرة				
٩٩	من السهل علي أن أقيم علاقات مودة مع الآخرين				
١٠٠	أقابل الذين لا تربطني م علاقة بالابتسامة والترحيب				

انتهى المقياس،،،،